

Proest Formation Conseil,
Technopole Forbach Sud 91, rue Robert Bunsen 57460 Behren-lès-Forbach code APE 8559B
Contact pour l'inscription / Personne chargée de la relation avec le stagiaire : Mde BOUYZLI / tél : 03 87 88 32 41
Adresse mail dédié aux inscriptions : agence@proest.fr

PROGRAMME DE FORMATION GESTES ET POSTURES

Programme de la formation envisagée, tel que prévu à l'article L. 6353-1 du Code du travail

Objectifs pédagogiques :

- Prendre conscience des risques liés à la manutention manuelle et savoir analyser les risques, appliquer les bons gestes et les bonnes postures lors des manutentions Participer à l'amélioration des conditions de travail et à la qualité de vie dans son entreprise.

Durée :

- 7h / 1 jour

Prérequis :

- Aucun

Public visé :

- Tout public Accessibilité aux personnes handicapées*
- Groupe : 12 stagiaires maximum (mini de 4)

Accessibilité* :

Proest Formation Conseil s'engage pour faciliter l'accessibilité de ses formations. Prenez contact avec le référent handicap du centre qui étudiera votre situation et les possibilités d'accès.

- **Délai d'accès :** selon le planning

Proest Formation Conseil,
Technopole Forbach Sud 91, rue Robert Bunsen 57460 Behren-lès-Forbach code APE 8559B
Contact pour l'inscription / Personne chargée de la relation avec le stagiaire : Mde BOUYZLI / tél : 03 87 88 32 41
Adresse mail dédié aux inscriptions : agence@proest.fr

Contenu

- Sensibilisation aux risques d'accident par manutention
- Statistiques des accidents de travail et des maladies professionnelles liées à la manutention
- Aspects réglementaires
- Notions d'effort, de fatigue
- Principe d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne appréhension de la charge
- Démonstrations et apprentissage de gestes types en manutention de charges
- Choix des prises
- Exercices pratiques – Manipulation de charges de natures diverses (charges spécifiques à l'établissement).

Moyens pédagogiques et techniques :

- Pédagogiques : Apports théoriques, études de cas concrets, mises en situation, exercices interactifs.
- Techniques : Formation en salle équipée

Méthodes pédagogiques :

- Expositive, transmissive
- Active ou dite « de découverte »

Suivi et évaluation des résultats :

- Test de niveau à l'entrée
- Fiche de présence
- Attestation de fin de formation et certificat de réalisation
- Évaluation des connaissances

Évaluation : Une validation des acquis est réalisée à l'issue de la formation / Quiz de fin de parcours

Validation

- Délivrance d'une Attestation de fin de formation

Équipe pédagogique : Personnel formateur expérimenté et compétent

Tarif : 799 euros HT