

GESTES ET POSTURES



Gestes et postures

- 7 Heures en un jour
- En présentiel
- 130 € Net de taxe / pers
- Tout public concerné
- Aucun prérequis



OBJECTIFS

- Être en mesure d'identifier au quotidien des anomalies pouvant ralentir ou empêcher l'évacuation
- Évacuer les personnes en appliquant et respectant les consignes de sécurité spécifiques

COMPÉTENCES VISÉES

- Connaître les notions élémentaires du fonctionnement de la colonne vertébrale et les différents troubles musculo-squelettiques liés aux mauvais gestes et postures
- Savoir adopter les bons gestes et les bonnes postures sur le travail sur écran
- Comprendre l'importance de la prévention dans la lutte contre les accidents de travail et les maladies professionnelles

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques
- Mises en situation
- Travaux pratiques

VALIDATION DE LA FORMATION

- Évaluation en cours de formation : avoir participé activement à la formation
- Document sanctionnant la formation : Attestation de fin de formation
- Recyclage conseillé tout les deux ans

PROGRAMME

- Le cadre réglementaire
- Les accident du travail et leurs conséquences.
- La sensibilisation aux risques d'accidents de travail par la manutention.
- Les notions d'anatomie et de physiologie appliquée et le fonctionnement du corps humain.
- Les conduites à tenir en cas d'accident.
- La prévention et les principes d'économie d'efforts.

INTERVENANT

Formateur Secouriste certifié par l'INRS et la Croix Rouge Française

