

FICHE PÉDAGOGIQUE Sensibilisation Gestes et Postures

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable :

- De comprendre la mécanique humaine
- De mesurer l'efficacité des bonnes méthodes, d'intégrer, d'adapter et d'automatiser la démarche
- De réaliser en sécurité les opérations de manutention manuelles prescrites

Public et prérequis :

- Toute personne confrontée à la manutention manuelle
- Maîtriser la lecture, l'écriture et la compréhension du français
- Aptitude médicale
- Etre âgé de 18 ans et plus
- PSH* : chaque demande sera étudiée individuellement par le référent spécialisé.
Contactez-nous : info@coformation.fr

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement :

- Apports théoriques sur vidéoprojecteur
- Exercices pratiques
- Remise d'un livret stagiaire
- Personnel expérimenté
- En présentiel

Suivi et évaluation des résultats :

- Document d'évaluation de satisfaction / QCM d'évaluation des acquis
- Fiche de présence
- Attestation de formation individualisée

Durée et lieu :

- 7 heures soit 1 jour / En entreprise
- 4 heures soit une demi-journée - sur demande

Programme :
THEORIE

- La réglementation
 - Principes généraux de prévention
 - Accidents du travail
 - Maladies professionnelles
- La sensibilisation
 - Connaissances des risques
 - Etudes des indicateurs
 - Les différents risques et leurs évolutions
- Approche ergonomique des postes de travail
 - Analyse des postes des participants
 - Critique constructive
- Incidences des conditions de travail et de l'environnement
 - Rythmes particuliers
 - Nuisances diverses
- La mécanique humaine
 - Notions d'anatomie
 - Fatigue et lésions
- Recherche et définition des principes de base
 - De sécurité physique
 - D'économie d'effort



PRATIQUE (En fonction du nombre de stagiaire et de l'environnement de travail)

- Intégration et automatisation :
 - Manipulations, essais, démonstrations
 - Entraînements individuels
 - Analyse et correction
- Adaptation à la situation de travail
 - Recherche du geste et de la posture adéquates
 - Suivi et correction
 - Propositions d'amélioration

Périodicité : Il est recommandé pour la sensibilisation Gestes et Postures d'effectuer le maintien et l'actualisation des compétences tous les ans.

Date : A convenir

Formateur : Olivier HOCHSTETTER / selon la convention de formation

Nombre de participant : 2 minimum & 8 maximum

*PSH : Personne en situation de handicap