Gestes et postures

OBJECTIFS

- Assurer un comportement physique rationnel
- Optimiser ses gestes pour éviter les accidents

PROGRAMME DE LA FORMATION

Retour sur la législation aux gestes et postures au travail

- Le code du travail : Hygiène et sécurité
- Analyse des accidents de travail liés aux manutentions manuelles
- Qu'est-ce qu'un TMS ?
- Les statistiques d'AT et maladies professionnelles en France

Notions élémentaires d'anatomie et physiologie

- Le squelette, la musculature et son rôle.

L'accident de la colonne vertébrale

- Le lumbago, la sciatique, la hernie discale

Les affections périarticulaires (TMS)

- Membres inférieurs et supérieurs

Les facteurs aggravants

- Le vieillissement naturel
- Les mouvements répétitifs

Identification des risques d'accidents du travail de manutentions manuelles

- Organisation des manutentions, protection individuelle

Amélioration permettant d'éviter ou de réduire les risques identifiés

- Observation et analyse d'une situation de travail
- Aménagement du poste de travail

Mise en pratique

MÉTHODES MOBILISÉES

Tout au long de ce parcours nous aurons recours à une pédagogie active, construite à partir d'une alternance d'exposés illustrés de l'expérience de l'intervenant, de mises en situation concrètes analysées et commentées, d'études de cas voire d'entrainements suivant les objectifs précis retenus.

Le rôle de notre intervenant est de rendre les participants acteurs de leur formation, grâce à l'utilisation d'outils variés et efficaces, centrés autour du contexte propre des stagiaires.

Dans une recherche de qualité, nous avons sélectionné un intervenant, qui en plus de sa parfaite maîtrise du sujet, saura faire preuve d'une approche pédagogique ludique, ainsi que d'un dynamisme communicatif.

CP Formation

PUBLIC

- Salarié en poste
- Entreprise

DURÉE

1 jour

POURQUOI SE FORMER ?

Les troubles musculo-squelettiques représentent 87% des maladies professionnelles en France, générant des coûts considérables pour les entreprises et un impact humain dramatique. Le Code du travail impose aux employeurs de former leurs salariés aux gestes et postures, particulièrement dans les secteurs impliquant des manutentions manuelles. Cette formation répond à une obligation réglementaire tout en préservant la santé et la sécurité des collaborateurs.

PRÉREQUIS

Acun prérequis n'est nécessaire.

MODALITÉS DU PARCOURS

- Formation dispensée en présentiel / Distanciel (visio) / E-learning / Blended Learning
- Les délais d'accès à la formation sont estimés à 15 jours
- CP Formation est accessible au PSH. Plus d'informations sur notre site : cp-formation.com/accessibilite-pmr/

POURQUOI CHOISIR CP FORMATION ?

CP Formation, c'est avant tout une équipe de passionnés par la formation, qui a décidé de se réunir autour d'une philosophie commune : La formation qui s'adapte à vos besoins.

Notre objectif est de vous accompagner dans toutes les étapes de votre projet :

- *Avant la formation* : dans le choix de vos formations, la gestion administrative et la recherche des solutions de financements.
- *Pendant la formation* : dans la personnalisation de l'approche et l'adaptation à votre contexte, conjointement avec notre intervenant(e).
- *Après la formation* : dans le suivi de votre satisfaction.

Pour tous renseignements, contactez nous :
03.87.37.97.77
contact@cp-formation.com