V3 MAJ 05-01-26

S.Social adresse : 9, Rue de Strasbourg – 57170 CHATEAU SALINS
Direction tél. mobile 06.12.21.21.36
Courriel : g.pennequin@pfc-formation.fr
Commercial tel. Mobile : 06 21 33 32 08
Courriel commercial : e.cuny@pfc-formation.fr
Site internet : http://www.pennequin-formation-conseil.fr
La prévention des risques au service de l'entreprise

GESTES ET POSTURES

Objectifs Opérationnels :

Acquérir les compétences nécessaires pour :
- Identifier les risques liés à son activité.
- Identifier les problèmes de santé liés aux manutentions.
- Prévenir les risques individuellement (principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort).

Public concerné :

Salarié de l'entreprise amené à réaliser la manutention de charges lourdes ou encombrantes

Prérequis particulier : Aucun

Durée : 1 jour soit 7 heures

Effectif : 10 personnes maximum

Maintien des connaissances :

Pas de recyclage prévu, possibilité de faire en fonction des besoins.

Moyens et méthodes pédagogiques :

Mise en pratique directement sur le terrain ou en centre de formation à partir de situations concrètes
- Matériels et supports audiovisuels.
- Documentation technique.
- Le formateur parle, montre et expose au moyen de questions.
- Document de synthèse, résumant la formation, remis à chaque participant.

Moyen d'évaluation et validation :

Mise en situation pratique basée sur la thématique enseignée.
Une attestation de fin de formation permettant de valider les compétences acquises.

Formateurs :

Tous les formateurs sont certifiés INRS et CARSAT

Modalités et délais d'accès et contact :

Pour bénéficier de cette formation, vous devez vous inscrire auprès de :

Estelle CUNY : e.cuny@pfc-formation.fr Tel : 06 21 33 32 08

Tarif intra : sur devis nous consulter

Délai d'accès : selon le planning

Référent administratif :
Estelle CUNY Tél : 06 21 33 32 08
Référent pédagogique :
M. Guillaume PENNEQUIN Tél : 06.12.21.21.36
Référent handicap :
M. Guillaume PENNEQUIN Tél : 06.12.21.21.36

PROGRAMME DE FORMATION

UNE FORMATION GESTUELLE POUR DEVELOPPER :

1. DEFINITIONS
- Geste
- Posture

2. LA MANUTENTION MANUELLE
- Les risques liés à la manutention manuelle
- Statistiques des lésions liées à la manutention manuelle

3. NOTIONS D'ANATOMIE ET LESIONS
- Les muscles
- Le travail musculaire
- Les lésions musculaires et tendineuses
- Les troubles musculo-squelettiques

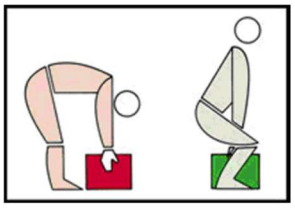
4. REGLES DE SECURITE PHYSIQUE ET D'ECONOMIE D'EFFORT
- Principes de base du bon positionnement
- Le rythme de l'effort

5. ANALYSE DE SITUATIONS DE TRAVAIL

Moyens et méthodes pédagogiques :
Cette action de formation s'appuiera sur une méthode participative, associant des exercices pratiques et des apports théoriques.
Un livret sera remis à la fin de la formation à chaque participant reprenant tous les thèmes abordés.

Matériel :
Paperboard, Photos et vidéos illustrant les différentes situations de travail.
Charges inertes.

Descriptions du dispositif permettant de suivre les résultats
L'évaluation de la qualité de formation se fera tout au long de la formation par des exercices de mise en pratique liés directement aux différents thèmes abordés durant la formation ainsi qu'à la fin de la formation au travers de deux questionnaires (Stagiaires et Formateur) renseignés à l'issue de la formation par les participants.
L'évaluation des acquis de la formation sera réalisée aux travers d'exercices et de mises en situation tout au long de la formation ou à la fin de celle-ci.



Accessibilité : Nous étudions au cas par cas toutes les situations de handicap afin d'envisager une intégration dans la formation. Dans le cas contraire, nous prévoyons une orientation vers des organismes appropriés. Il appartient aux clients en INTRA, de s'assurer que les locaux de formation soient accessibles aux personnes en situation de handicap.