

GESTES ET POSTURES

Dates sessions

Mars 2025

Avril 2025

Juin 2025

Juillet 2025

(calendrier 2026 à venir)

Durée de la formation

7 heures en centre

Lieux de formation

Décines-Charpieu (69)

Au sein de votre entreprise

Niveau

Entrée : aucun niveau demandé

Prérequis

Être âgé d'au moins 18 ans

Publics

Toute personne concernée par la manutention manuelle

Tarif

Nous consulter

Modalités d'admission

Pas de sélection

Financement

OPCO

France Travail

Individuel

Modalités techniques

Deux salles de cours et une salle d'atelier,

Ordinateurs et vidéo projecteurs,

Organisation de la formation

4 à 10 personnes par session

Accessibilité handicap

Signalez vos besoins dès notre premier contact.

Notre référent handicap prendra contact avec vous pour la mise en place des aménagements spécifiques nécessaires.

(Mise à jour du 07/02/2025)

Adopter les bons gestes et les postures adéquates selon l'activité vous servira à diminuer ainsi les risques liés à la manutention manuelle (mal de dos, TMS, ...)

La formation vise à sensibiliser les personnels aux conséquences et impacts durables sur la santé.

Taux d'obtention :
NC

Taux de satisfaction :
NC

Taux d'interruption en cours de formation :
NC

(MAJ du 01/01/2025)

Conditions d'admission

Être âgé d'au moins 18 ans

Modalités pédagogiques

Diaporamas, vidéos, échanges et partages d'expérience.

Exercices et études de cas

Formateur spécialiste en ergonomie des postes

Objectifs de la formation :

- ✓ Connaître les risques physiques dû à la manutention manuelle
- ✓ Appliquer les principes de sécurité physique
- ✓ Appliquer les techniques de gestes et postures Optimiser l'organisation du travail

Délai d'accès à la formation

Le délai d'entrée en formation dépend de la programmation et des places disponibles : nous consulter pour en savoir plus.

INTRA : Nous vous proposerons des dates en fonction de vos disponibilités et de celles du formateur.

Le délai moyen constaté est de 2 semaines.

Vous obtiendrez à l'issue de votre formation :

Attestation de fin de formation

Modalités d'évaluation de la formation :

Test des acquis de la formation

GESTES ET POSTURES

PROGRAMME DE LA FORMATION

- 1. Accidents du travail et les maladies professionnelles**
Cadre théorique
Obligations réglementaires et responsabilités
- 2. Notions d'anatomie**
Les troubles musculosquelettiques (TMS)
Les conséquences
- 3. La prévention des risques en entreprise**
Les facteurs d'usure et de fatigue
Les principes généraux de prévention
Quelles actions concrètes possibles?
- 4. Principes de base de la manutention**
Les techniques de lever-porter de charge
Les principes d'aménagement des postes de travail
- 5. Les différents gestes et postures sur le poste de travail**