



FORMATION



PUBLIC

Personnel appelé à effectuer de la manutention manuelle de charge à son poste de travail



TARIFS

Nous consulter



AGENDA 2019

voir a2s-conseil.fr



DUREE

7 heures de formation
(1jour)



FORMATEUR(S)

Formateur expérimenté avec une expérience de plus de 10 ans habilité par L'INRS



PARTICIPANTS

Maxi 10

NORD

A2S Conseil Nord
42 rue Duriez
Merville

AISNE

A2S Conseil Aisne
rue de Paris
Origny-en-Thiérache

06 10 41 41 85

dominique.desein@a2s-conseil.fr

www.a2s-conseil.fr

GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS

Appliquer les principes de sécurité physique aux gestes et postures de travail et d'économie d'effort afin d'améliorer les conditions de travail et diminuer la fréquence des accidents

CONTENU

- Présentation et analyse des risques et accidents liés à la manutention manuelle
- Notions d'anatomie et de physiologie
- Les accidents du travail et les maladies professionnelles
- Le squelette
- Les ligaments, les muscles, les tendons
- La colonne vertébrale
- Les gestes au travail
- Les gestes de la vie quotidienne
- Les exercices physiques : échauffements/étirement
- Cas pratique sur le poste de travail : Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort lors de la manutention manuelle

PRE-REQUIS

Cette formation ne nécessite pas de prérequis.

MODALITÉS D'ANIMATION

- Alternance de diverses méthodes pédagogiques :
 - ✓ Heuristique
 - ✓ interrogative,
 - ✓ didactique
 - ✓ expositive
 - ✓ démonstrative
 - ✓ applicative
- Avec techniques pédagogiques variées :
 - ✓ Adaptation pédagogique aux besoins des stagiaires

VALIDATION

Feuilles de présence.

Contrôle des connaissances théoriques (QCM) et pratiques

Formulaires d'évaluation de la formation.

