


LES GESTES ET POSTURES DE TRAVAIL

 **Durée** 1 jour

 **Prérequis** Aucun

 **Nombre de participants** 10 à 15

 **Public** Toute personne désirant développer ses compétences en prévention des risques d'apparition des troubles musculo-squelettiques

 **Présentiel**

 **Tarif** à partir de 1400 € HT

OBJECTIFS

Identifier les mouvements et postures à risque durant l'activité de travail

Identifier les facteurs de risques d'apparition des troubles musculo-squelettiques

Être acteur dans la prévention des risques professionnels et l'amélioration des conditions de travail

PROGRAMME

Postures de travail et geste professionnel

La notion de postures de travail

Les dimensions du geste professionnel

Les troubles musculo-squelettiques (TMS)

Définition d'un trouble musculo-squelettique

État des lieux de l'ampleur des troubles musculo-squelettiques en France

Notions d'anatomie, de physiologie et présentation des mécanismes de déclenchement des lésions causées par les mauvaises postures

Les facteurs de risques d'apparition des troubles musculo-squelettiques

La prévention des troubles musculo-squelettiques

Les principes de base de la manutention manuelle de charge

Les principes d'ergonomie des situations de travail

Les outils d'analyse rapide des situations de travail individuelles

Les réflexes pour une bonne hygiène de vie

Mise en situation réelle au poste de travail

Application des principes vus dans la partie théorique

Utilisation des outils d'analyse des situations de travail individuelles

INFORMATIONS PRATIQUES



DÉLAI D'ACCÈS À LA FORMATION

Mise en place sous un délai de 1 à 2 mois à compter de la signature du devis

MOYENS PÉDAGOGIQUES & D'ÉVALUATION :

- CONVENTION DE FORMATION
- CONVOCATION TRANSMISE AUX STAGIAIRES
- QUESTIONNAIRE EN AMONT DE LA FORMATION SUR LES BESOINS ET ATTENTES DES STAGIAIRES
- QUESTIONNAIRE D'AUTO-ÉVALUATION EN DÉBUT ET FIN DE FORMATION
- TEMPS D'APPRENTISSAGE : APPORTS THÉORIQUES
- TEMPS D'EXPÉRIMENTATION : MISE EN SITUATION
- TEMPS D'ÉCHANGE ET D'ANALYSE SUR LE VÉCU DES PARTICIPANTS
- FEUILLES D'ÉMARGEMENT À SIGNER
- QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION
- CERTIFICAT DE RÉALISATION

ACCESSIBILITÉ

L'ensemble de nos formations est accessible aux personnes en situation de handicap.

Toutes situations nécessitant de mobiliser des moyens de compensation nécessaires seront étudiées au cas par cas dans la mesure où les besoins spécifiques nous sont communiqués 2 mois avant la date de réalisation de la formation.

Toutefois, si ces adaptations génèrent des surcoûts, une prise en charge supplémentaire peut être examinée avec l'aide de Kenvad.

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à contacter notre référent handicap, M. KERLEROUX par téléphone au 02 98 24 93 39 ou par mail à l'adresse suivante : coordination@kenvad.fr

Notre établissement peut proposer un accompagnement individualisé à chaque apprenant en situation de handicap