



[Opération Régionale] Gestes et postures

1 jour 6 heures

Programme de formation

Public visé

Personnel technique (cuisine, entretien, maintenance, ...)

Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Objectifs pédagogiques

- ✓ Connaître les notions de base de la prévention et de la santé / sécurité au travail
- ✓ Connaître le fonctionnement du corps humain, les risques dorsolombaires et les Troubles Musculo Squelettiques (TMS)
- ✓ Être capable de mettre en oeuvre des gestes adéquats pour la manutention de charges inertes
- ✓ Connaître l'ensemble des facteurs menant aux TMS
- ✓ Connaître les différentes aides techniques et matérielles et développer les compétences nécessaires à leur utilisation
- ✓ Savoir adapter les compétences acquises à l'activité sur le poste de travail

Description / Contenu

Une journée de formation pour aborder la sécurité pour soi et pour les autres. Adapter ses gestes et postures dans le cadre de la manipulation de charge.

Modalités pédagogiques

Au cours de la formation alterneront exposés interactifs, démonstrations pratiques, mises en situations.

Modalités d'évaluation et de suivi

auto-évaluation pré et post formation, QCM, exercice de mise en pratique, appréciation des acquis par le formateur

