

GESTES ET POSTURES

Prévenir des risques liés à l'activité physique

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de la formation, le participant sera capable de mettre en pratique les principes de sécurité physique et d'économie d'effort afin de prévenir les maladies professionnelles et les accidents de travail liés à l'activité physique.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les enjeux de la prévention des risques liés à l'activité physique au travail
- Identifier les risques liés à son poste de travail et les différentes atteintes à la santé
- Prévenir les risques en appliquant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

PUBLIC CIBLE

Tout salarié amené à réaliser des actes de manutention manuelle, à pratiquer des gestes répétitifs ou à maintenir un poste fixe (conduite, bureau,...), l'exposant à un risque de TMS (trouble musculosquelettique) ou d'accident lié aux manutentions manuelles.

PRÉREQUIS

Aucun Prérequis.

CONTENU

Les enjeux de la prévention et les risques de votre métier

Connaitre les risques de son métier

Les enjeux humains, financiers, sociaux et juridiques de la prévention

Les acteurs et les outils de la prévention

Le fonctionnement du corps humain et ses limites en situation de travail

Anatomie et fonctionnement de l'appareil locomoteur

Les atteintes de la santé liées aux conditions de travail (TMS, ...)

Les facteurs de risque

Participer à la prévention et à la maîtrise des risques sur son lieu de travail

Analyser une situation de travail et proposer des axes d'amélioration

Utilisation des EPI et les équipements d'aide à la manutention

Application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort



DURÉE

7 heures (1 jour)

LIEU

Formation en intra-entreprise.

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

3 à 10 participants

LES MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Partie théorique : 50% - Partie pratique : 50%

Accueil des participants dans une salle dédiée à la formation et mises en situation sur le lieu de travail

Apports théoriques sur vidéoprojecteur

Partages d'expériences des participants

Réflexions individuelles et en groupe sur des situations en lien avec leur contexte de travail

Mises en situation

Visite du site (sur autorisation), présentation des EPI et des outils de manutention disponibles

LA FORMATRICE

La formatrice est diplômée d'état en ergothérapie et détient une certification de formatrice en prévention des risques liés à l'activité physique (2S et IBC). Elle a une expérience professionnelle de 10 ans dans l'industrie métallurgique et une expérience d'actrice de prévention en milieux hospitalier et médico-social.

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS DE LA FORMATION

Évaluation formative par les mises en situation.

Évaluation des acquis en fin de formation par un questionnaire à choix multiples.

Certificat de réalisation remis aux participants.

ACCESSIBILITÉ

Le formateur devra être informé en amont de la formation de toute situation de handicap nécessitant un aménagement ou une adaptation des moyens ou de l'environnement de formation.



Amélie LORANT - Ergothérapeute D.E.

30 Avenue E. et M. Pinault - Bâtiment B - 35740 Pacé

06 66 43 46 49 - alorant.ergo@gmail.com

SIRET 917 844 268 00016 - APE 8690E – ADELI 35 94 0452 2 – NDA 53 35 11577 35