

**PROGRAMME DE FORMATION PROFESSIONNELLE
(Articles L.6353-1 à 2 et R.6353-1 du code du travail)****GESTES ET POSTURES
PREVENTION DES TMS ET PORT DE CHARGES**

Intitulé	Gestes et postures. Prévention des TMS et port de charges.
Durée	07 Heures (01 Jour)
Public Visé	Tout public étant amené à manipuler, porter et transporter des charges
Type de formation	Intra ou Inter entreprise
Modalité pédagogique	Présentiel
Prérequis	Aucun
Conditions techniques	Aucun
Nombre de participants	02 à 12 personnes
Délai d'accès à la formation	15 jours à réception du devis validé. Pour toute urgence, nous contacter
Outils pédagogiques	Alternance entre exposé théorique et mise en situation, animation de discussions de groupe, exercices de mise en situation
Moyens pédagogiques	Séance de formation en salle, Mise en situation, Supports audiovisuels, dossiers techniques remis aux stagiaires
Outils d'évaluation	Evaluation orale de la connaissance des stagiaires, test d'évaluation des connaissances (QCM)
Outils de suivi de l'exécution de la prestation	Feuilles de présence signées par les stagiaires et le formateur par demi-journée de formation. Une attestation de formation est remise à chaque participant à l'issue de la formation
Tarif	A partir de 220,00 € H.-T. par personne
Accessibilité	Nos formations sont ouvertes à tous. En cas de doute, merci de nous contacter au 03.44.52.15.46, afin que nous puissions en discuter et, au besoin, adapter nos formations au public en situation de handicap. Dans le cas où nous ne serions pas en mesure de vous accueillir, nous sommes en relation avec des entités externes (ex : AGEFIPH) vers lesquels nous pourrions vous orienter.



Objectifs

- Connaître les notions d'anatomie et de physiologie du corps humain,
- Connaître les conséquences pour sa santé du port de charge en fardeau,
- Être capable de porter en fardeau des charges en appliquant les principes d'économie d'effort.

Les différentes étapes

1^{ère} demi-journée (04 heures)

L'importance du risque

- Les accidents du travail
- Définition
- Statistiques de l'activité

Notions d'anatomie et de physiologie

- Les Troubles Musculosquelettiques
- Définition
- Statistiques de l'activité
- Les Maladies Professionnelles
- Définition
- Statistiques de l'activité

Gestion documentaire du risque lié à la sécurité

- Les documents lié à la sécurité
- Le document unique
- Les services liés à la sécurité au travail

L'ergonomie des postes

- La circulation
- La communication
- La manutention
- Les bons gestes et bonnes postures

**2ème demi-journée (03 heures)*****La protection et la prévention***

- Les EPI
- Les EPC
- Les premiers secours
- La gestion du risque client

Analyse de situations de travail et application des principes d'économie d'effort propres à l'activité.

- Analyse de situations de travail et des postures sur site
- Exercices d'application aux postes de travail
- Démonstration des principes d'économie d'effort par le formateur
- Application par les stagiaires

Bilan

***Questionnaire d'évaluation de fin de formation – Synthèse et Bilan
Questionnaire de Satisfaction.***