

CENTRE DE FORMATION PILOTAGE ET AMELIORATION DE LA PERFORMANCE

Email: liseron74@hotmail.com

Tel: 0627745023



Gestes et Postures Version du 17/08/2021

Durée: 3.50 heure(s) sur 0.50 jour(s)

Public visé :

- Toute personne appelée à manipuler des charges

Prérequis :

- Aucun

Modalités d'accès : Admission sans disposition particulière

Délai d'accès :

- Pour les formations en présentiel hors calendrier : Session peut être organisée sous 60 jours sous réserve de disponibilité des intervenants
- Pour les formations en distanciel : disponibilité sous 24h en e-learning à partir de la confirmation d'inscription et réception du règlement. Inscription en ligne ou par téléphone pour validation de l'éligibilité en fonction des prérequis le cas échéant.
- Pour les autres formations, consulter le calendrier des formations sur le site internet www.formation-pap.fr

Accessibilité : Formation accessible à toute personne en situation de handicap, nous contacter à contact@formation-pap.fr pour les adaptations nécessaires. Référente Handicap Mme Lise NGUYEN-PHUC

Adaptation du programme : Ce programme peut être adapté en fonction de vos besoins. N'hésitez pas à l'ajuster et à nous le retourner pour analyse de faisabilité (hors Formations inscrites au RS)

Effectif : de 1 à 10 stagiaires

Indicateurs de résultats : Indicateurs 2021 : 96% de satisfaction
Indicateurs 2021 : 100% de recommandation



Modalités de certification (dans le cas où la formation est certifiante)

Non applicable

Objectifs pédagogiques

- Appréhender les risques dorso-lombaires / TMS et leur prévention
- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents

Modalités pédagogiques et Ressources

Modalités pédagogiques :

- Exposés théoriques / atelier de découvert / Microlearning sur certaines thématiques
- Etude de cas concrets / jeux de rôle / mise en situation réelle ou scénarisée

Rythme de la formation : 100% présentiel

CENTRE DE FORMATION PILOTAGE ET AMELIORATION DE LA PERFORMANCE | 2 rue Charles De Gaulle Belloy sur Somme 80310 |

Numéro SIRET: 82067776300022 | contact@formation-pap.fr // www.formation-pap.fr

- Numéro de déclaration d'activité: 32800184980 auprès du préfet de région des Hauts de France.

Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat

Ressources pédagogiques :

- Fascicule INRS
- Présentation Powerpoint remis aux participants

Formateur.rice / intervenant.e : Formateur qualifié et expérimenté en Santé et Sécurité au Travail

Contenu pédagogique

- Risques et accidents de manutention
- Aspects réglementaires
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquée
 - Risques de lésions
- Postures de travail adaptées-
 - découverte des techniques de manutention appropriées en fonction de la situation de travail
 - Principes d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne manutention de la charge
 - Exercices pratiques : échauffement/éveil musculaire
 - manipulation de charges de natures diverses - étirements/soulagements des tensions
- Approche de l'organisation du poste de travail

Evaluation / validation de la formation

- Evaluation pré-formatrice à l'entrée en formation
- Questions orales ou écrites pour la validation des acquis

Suivi de l'exécution de la formation

- Fiche d'émargement par demi-journée - Remise d'un certificat de réalisation & d'assiduité
- Questionnaire de satisfaction en sortie de formation

Tarif indicatif / financement de la formation

Prix indicatif : 399.00 € en intra entreprise

*Toutes nos formations peuvent être réalisées en inter-entreprise ou intra. Merci de nous consulter pour un devis détaillé.
Nous consulter pour les possibilités de financement de la formation à contact@formation-pap.fr*