

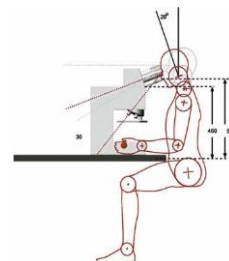
SENSIBILISATION AUX GESTES & POSTURES

PRÉVENIR LES RISQUES LIÉS A L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Contraintes liées aux activités de bureau

RÉFÉRENTIEL DE FORMATION

Ce contenu est conforme au programme de référence proposé par l'INRS, et au décret du 14 mai 1991.



FORMATION

DURÉE 7 heures
EFFECTIF 8 personnes maximum
LIEU
formation animée de préférence dans vos locaux.

PUBLIC CONCERNE

Toute personnel administratif ayant une activité physique imposant des déplacements, des manipulations d'objets répétitives ou occasionnelles, des manutentions manuelles, ou un travail principalement statique (ex: travail sur écran).

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

pédagogie interactive basée sur une animation théorique en salle, suivie d'exercices pratiques de mise en situation et d'analyse de situation de travail.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

vidéoprojecteur, PC portable, diaporamas.

MOYENS D'ENCADREMENT

Le formateur intervenant lors de ce stage possède une expérience de 12 ans dans la prévention des risques professionnels, et a satisfait aux épreuves certificatives de l'INRS.

DISPOSITIF DE SUIVI DE L'ACTION

La présence du (des) salarié(s) est suivie par une feuille de présence signée par demi-journée, et une attestation de présence de fin de stage (pour tout stage suivi dans son intégralité).

DISPOSITIF D'ÉVALUATION DES RÉSULTATS

Une attestation de participation du salarié ayant suivi la formation complète vous est remise.

RÈGLEMENTATION

La sensibilisation aux Gestes et Postures couvre les exigences du décret du 14 mai 1991 (relatif à la prévention des risques au travail devant des équipements comportant des écrans de visualisation, dit travail statique).

Elle est en complète adéquation avec les valeurs essentielles et bonnes pratiques en matière d'évaluation des risques et de management en santé et sécurité au travail.

Enfin, l'évolution de cette formation s'est recentrée depuis plusieurs années sur le risque TMS, pour s'adapter aux priorités actuelles en matière de santé au travail.

THÈMES



POURQUOI UNE SENSIBILISATION GESTES & POSTURES

Objectifs de la formation



IMPORTANCE DU RISQUE

Les accidents du travail
Les maladies professionnelles
Conséquences pour le salarié et l'entreprise



IDENTIFICATION DES RISQUES

Notions d'anatomie, physiologie, pathologie



ANALYSE DU RISQUE

Prévention des accidents de transport manuel, de chutes et de manipulation
Prévention des accidents et maladies dus aux gestes répétitifs et aux postures (TMS Troubles Musculo Squelettiques)
Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
Principes d'aménagement dimensionnel des postes de travail (notion d'ergonomie)



EXERCICES PRATIQUES

Exercices d'activités physiques, de compensation, d'entretien et d'étirements ciblés
Application sur les postes de travail en fonction de la situation
Exemples d'application dans la vie quotidienne