



Gestes et Postures

Objectifs de la formation

- Evitez les Troubles Musculosquelettiques (TMS), dont les conséquences sont souvent sous-estimées. Cette formation vous permettra d'identifier les situations potentiellement contraignantes et d'adopter les gestes et postures adaptés.
- Comprendre les enjeux liés à la sécurité au travail
- Appliquer les techniques de gestes et les postures de travail adaptés
- Adapter son comportement dans sa fonction pour prévenir le risque
- Mettre en pratique les savoirs, savoir-faire et savoir-être nécessaires à la maîtrise de la sécurité au travail.

Prérequis

- Aucun prérequis n'est nécessaire
- Toute personne de l'entreprise

Organisation

- Nous privilégions la formation directement dans votre établissement pour l'adapter à vos besoins.
- En salle dédiée, en cas de formation inter-entreprise.

Moyens pédagogiques

- Vidéoprojecteur / écran
- Films, photos, Diaporama
- Colonne vertébrale et divers articulations plastique
- Alternance théorique et pratique. Démonstrations et participation des stagiaires.
- Etudes de cas.
- Mise en situation.
- Echange et partage entre stagiaire et animateur.



Contenu

- Accidentologie et prévention.
- Anatomie : Squelette, ligaments, muscles...
- Les limites du fonctionnement de la mécanique humaine.
- Lésions et conséquences sur la santé.
- Postures extrêmes.
- Port de charges.
- Répétitivité.
- Identification et analyse des situations dangereuses.
- Économie d'effort.
- Manutention de charge.

Evaluation

- Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation.
- Le formateur évalue le positionnement des stagiaires en amont pour adapter le déroulement de formation.
- Evaluation d'évaluation final du participant.

Attribution

- Une attestation de formation individuelle pour chaque stagiaire à l'issue de la formation.
- Une clé USB sera remise à chaque stagiaire.

Durée

- Durée : 1 jour (7h) ou 1/2 jour (4h) en fonction de la formule choisi

Accessibilité

- Les conditions d'accès des personnes en situation de handicap doivent être les mêmes que celles des personnes valides ou, à défaut, présenter une qualité d'usage équivalente (Art. R111-19-2 du Code de la construction). Nous nous soucions de l'inclusion des personnes en situation de handicap. Afin de préparer au mieux notre intervention, nous vous remercions de nous faire part, en amont de la formation, de toutes informations nécessitant une adaptation de notre part.

Interlocuteur handicap :

N'hésitez pas à vous orienter vers nos partenaires ressources handicap :

AGEFIPH: <https://www.agefiph.fr/>

Contact RHF: rhf-ara@agefiph.asso.fr

En ce qui nous concerne, nos formations étant dispensées essentiellement en intra, nous veillons à vérifier que les locaux des entreprises où nous intervenons soient aux normes.

Varinier Formation Prévention au capital de 2 000 € - Siège social : 793A Chemins de Chames – 07700 Saint Remèze Tel : 06 19 15 69 54 – email : patrice@varinier-fp.fr / RCS Aubenas / Siret 98116673900012 code NAF :8559ANDA : 84070164107 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes de Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat



Conditions d'accès

Après contact, l'analyse des besoins est faite avec le donneur d'ordre dans le cas échéant.

Un devis est établi. Si acceptation du devis, une convention ou un contrat de formation est rédigé.

A ce moment-là un délai d'une semaine est nécessaire avant le démarrage de la formation. Une convention est alors envoyée.

Tarif

Prestations de formation : 130 € HT/ stagiaire. (Le prix peut varier en fonction du nombre de stagiaires, du lieu de la formation et de la formule)

Tous les prix sont indiqués en euros et hors taxes. Ils sont à majorer de la TVA au taux en vigueur au jour de l'émission de la facture correspondante si le statut de l'organisme le prévoit.