

Formation Initiale

MANUTENTION DES CHARGES/GESTES ET POSTURES



PUBLIC / PREREQUIS

Tout salarié



DEROULEMENT

Durée : 4 heures

Nombre de participants : 4 à 8

Type : Intra-entreprise

Cette formation s'organise à la demande du client dans l'environnement et les conditions de travail des stagiaires.



TARIF ET CONDITIONS

Intra entreprise : 400 € H.T.
+ frais de déplacement



PEDAGOGIE

Méthodes pédagogiques :

Participative, démonstrative, applicative

Formateur :

Expert certifié par l'INRS et la CARSAT à dispenser l'action Prévention des Risques liés à l'Activité Physique / formé à l'andragogie



EVALUATION

Type : formative

Une attestation sera délivrée au candidat qui a participé activement à l'ensemble de la formation et qui a fait l'objet d'une évaluation favorable de la part du ou des formateurs.

A la fin de formation, les stagiaires seront capables de :

- Observer et de décrire leur situation de travail ;
- Utiliser des techniques de manutention adaptées.

PROGRAMME DE FORMATION

Accueil des Stagiaires, tour de table,

Thème 1 : L'environnement professionnel de l'acteur

- Observer et décrire sa situation de travail

Thème 2 : Les notions premières de la manutention de charges

- Anatomie et physiologie
- Echauffement
- Les principes de base et d'économie d'effort

Thème 3 : Pour chaque action, un geste spécifique

- Apprentissage des gestes spécifiques à l'aide du simulateur de charges
- Application des gestes dans leur environnement professionnel

Evaluation des compétences : théorique et pratique

Bilan de la formation

