

Formation Gestes et postures - Prévention des TMS

Référence
HYSE-26

Durée, rythme
1 jour (7 h) en présentiel

Diplôme / certification / attestation
Attestation

Délai d'accès
Plusieurs dates par an, nous consulter.

Prérequis
Aucun

Aptitudes requises
Rigueur, méthode.

Modalités d'accès :

Dossier de candidature à compléter en ligne, Réponse de la candidature sous 1 mois.

Inscriptions possibles jusqu'à 72h avant le début de la formation, nous consulter

OBJECTIFS

- Apporter aux stagiaires des connaissances théoriques et des moyens pratiques permettant de préserver leur intégrité physique
- Permettre aux stagiaires de prendre conscience de leurs attitudes au quotidien, et d'adopter un comportement adapté dans diverses tâches de travail
- Prévenir le mal de dos, informer les salarié(e)s des risques liés à une manutention manuelle incorrecte
- Former à une gestuelle correcte pour limiter les accidents du travail et les maladies professionnelles, pour aborder en toute sécurité les postures de travail et les difficultés spécifiques de la manutention manuelle

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques : connaissances nouvelles, introduction à la pratique. Apports de pratique expérimentale en salle : validation de la théorie, éducation gestuelle, techniques de manutention, organisation des manutentions manuelles.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Les séquences de formation sont évaluées par :

- questionnaire à choix multiples
- échange oral avec le(la) formateur(trice)
- travaux pratiques

VALEUR AJOUTÉE

Intervenants experts du domaine

MODALITÉS DE VALIDATION

Attestation de formation

ACCESSIBILITÉ

Tous nos locaux sont handi-accessibles. N'hésitez pas à contacter nos référentes handicap pour faire part de vos besoins

PROGRAMME

Les activités physiques dans l'activité de travail

- Les activités perceptibles, mentales et physiques
- Définitions de base : danger, risques, accident de travail, accident de trajet, maladie professionnelle
- Les statistiques (nationales et de l'entreprise) des A.T. et M.P. liées à l'activité physique dans l'activité de travail
- Préjudices humains et économiques pour l'entreprise et pour le salarié : (le coût humain, le coût direct, le coût indirect)

Le fonctionnement du corps humain

- La colonne vertébrale
- Les principales atteintes à la santé relatives au travail musculaire dynamique et travail musculaire statique
- Les membres supérieurs TMS : cou, épaules, coudes, poignets et doigts
- Les facteurs agissants sur la santé
- Les facteurs aggravants des TMS (membres supérieurs et dos)
- Les facteurs de risques biomécaniques

Les éléments qui déterminent les gestes et postures de travail

- Prévention : Les principes généraux de prévention – Les éléments déterminants de l'activité physique
- Les différents postes de travail
- La manutention manuelle de charges – Aspects réglementaires
- Les principes de base de manutention manuelle et d'économie d'effort
- Les équipements de protection individuelle

Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail

- Formulation d'hypothèses, recherche de pistes d'amélioration concernant le poste de travail des salarié(e)s stagiaires en tenant compte de tout ce qu'ils auront appris précédemment pour maîtriser le risque et le transformer en agissant sur :
  - La conception des produits
  - L'organisation de la production
  - L'organisation du travail
  - Le poste et l'espace de travail
  - Mise en forme des propositions d'améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques

Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pour le lever-porter-déposer occasionnel de charges

- Exercices d'application des principes de base de manutention manuelle et d'économie d'effort sur les postes de travail (avec votre accord) ou en salle de formation avec différents objets à manutentionner

Lieu(x) de formation
Limoges - Say - Brive

Tarif HT inter
Nous consulter

Tarif HT intra
Nous consulter

Pôle Formation UIMM
Site de Limoges - Say
9 rue JB Say - Zone Magré Romanet
87000 Limoges
05.55.30.08.08
accueil@formations-industrieslimousin.fr
www.formations-industrieslimousin.fr

Pôle Formation UIMM
Site de Brive
11 rue André Fabry
19100 Brive-la-Gaillarde
05.55.30.08.08
accueil@formations-industrieslimousin.fr
www.formations-industrieslimousin.fr