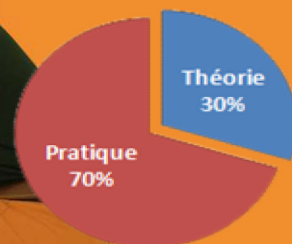




Formation gestes et postures adaptée selon vos besoins



Objectif professionnel : GESTES ET POSTURES

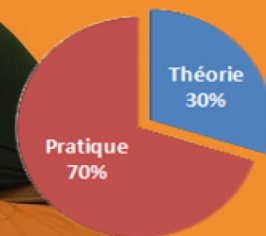
OBJECTIFS OPERATIONNELS DE DEVELOPPEMENT DES COMPETENCES PROFESSIONNELLES

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

ORGANISATION	METHODE PEDAGOGIQUE
Références réglementaires *Articles L4121-1 et suivants du Code du Travail *Articles R4541-1 et suivants du Code du Travail	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Méthode démonstrative et interrogative ▶ Accueil des stagiaires en salle ▶ Exposés interactifs ▶ Démonstrations en temps réels ▶ Démonstrations justifiées ▶ Mises en situations
Prérequis Absence de contre indication au port des charges	
Public Tout	
Date(s) et Lieu(x) Nous consulter	
Durée 07h sur 1 jour	MODALITE D'EVALUATION <ul style="list-style-type: none"> ▶ QCM ▶ Evaluation diagnostique ▶ Evaluation à froid avec un délai de 3 mois
Horaires de 9h à 12h et de 13h à 17h (adaptable)	MATERIEL UTILISE <ul style="list-style-type: none"> ▶ Vidéo projecteur ▶ Paperboard ▶ Mannequin articulé ▶ Charges inertes
Effectif 4 apprenants mini 10 apprenants maxi	INTERVENANT(S) <ul style="list-style-type: none"> ▶ Formateur spécialisé en prévention des TMS ▶ Votre contact : Adnen ABDELHEDI 0610437665 Mail : adnen.abdelhedi@cfpi-formation.fr
Validité du certificat 12 mois	
Validation finale Certificat de réalisation	
Organisme de délivrance CFPI	
Habilitation Datadok	



Formation gestes et postures adaptée selon vos besoins



Objectif professionnel : GESTES ET POSTURES (suite)

PROGRAMME

Pour chaque module, des exercices pratiques et des mises en situation seront réalisés. Face au risque de transmission du COVID-19, le respect de la distanciation et des mesures barrières reste la règle. Certains gestes ne seront pas pratiqués par les stagiaires.

Théorie 30%

- ▶ Définitions des bases
 - Accidents du travail / Maladies professionnelles / TMS Troubles Musculo-Squelettiques
- ▶ Analyse des comportements au quotidien
- ▶ Définition des manutentions "manuelles" en intégrant la notion de poids
- ▶ Apports sur l'étude comportementale
- ▶ Statistiques nationales et de l'entreprise sur l'accident du travail et les maladies professionnelles dues à l'activité physique
- ▶ Notions élémentaires d'anatomie et de physiologie
- ▶ Enoncé des facteurs aggravants entraînant la détérioration du fonctionnement articulaire
- ▶ Enoncé des quatre principales lésions relatives au disque intervertébral
- ▶ Enoncé des astreintes musculaires, tendineuses et ligamentaires

Pratique 70%

- ▶ Techniques gestuelles adaptées à votre entreprise (Transporter, déposer, lever, coucher, gerber, prendre une charge à terre)
- ▶ Pratique
 - Exercices de manipulation sur des charges diverses
 - Manutention seul ou en équipe
- ▶ Etude de cas : Analyses et recherches en vue d'améliorer les aptitudes des stagiaires

▶ Mesures Covid 19

Les mesures barrières et de distanciation physique seront rappelées à chaque ouverture de stage et le formateur veillera à leur application tout au long de la formation.