M FORMATION - FRANCE

Programme de Formation

Sensibilisation aux Gestes et Postures

Organisation

Durée : 3 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique

Public visé

L'ensemble du personnel.

Objectifs pédagogiques

- Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise.
- Identifier les effets négatifs sur la santé en s'appuyant sur la connaissance du fonctionnement du corps humain.
- Appliquer les bons gestes et les bonnes postures dans le cadre de son activité physique lié au travail du quotidien.

Description

- Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise
  - Comprendre l'intérêt de la prévention.
  - Identifier les risques de son métier.
  - Impact de l'activité physique sur le nombre d'accident du travail ou de maladies professionnelles et ses conséquences.
- Identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
  - Le fonctionnement du corps humain.
  - Connaître les gestes et postures néfastes pour la santé, l'impact sur le corps humains, et les différents facteurs aggravants l'apparition des TMS.
- Être capable d'appliquer ses connaissances dans le cadre de son activité physique
  - Repérer et connaître les différentes aides à la manutention adaptées à l'activité afin d'éviter des manutentions inutiles.
  - Manutentionner en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
  - Groupe de travail sur les différentes pistes d'améliorations concernant les différentes situation de travail.

Prérequis

Aucun prérequis n'est demandé pour suivre cette formation.

Modalités pédagogiques

- Méthode heuristique
- Méthode expositive
- Méthode démonstrative
- Méthode applicative

Moyens et supports pédagogiques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- Pour des raisons évidentes, cette formation n'est possible qu'en présentiel. M FORMATION dispose de salles de formations adaptées à la formation et aux éventuelles situations de handicap. M FORMATION peut également intervenir sur site.

Modalités d'évaluation et de suivi

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.
- Evaluation de vos attentes et de vos besoins : Entretien préalable et évaluation pré-formative.
- Evaluation en cours de formation : Mises en situation.
- Evaluation en fin de formation : Délivrance de l'attestation.