

APR2S

41 rue de Matignon
64340 Boucau
E-mail : contact@apr2s.fr
Tél : 0533092831

Gestes et Postures

Créé le 24/11/2021, Version 22.1, mis à jour le 9 mai 2022



Apprenez les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour rester en bonne santé et appréhendez les risques liés à la manutention de charges.

Durée : 7.00 heures (1.00 jours) à raison de 7 heures par jour.

Nature de l'action de formation

Action de formation

Public visé

- Tout public

Nombre de participants

De 4 à 12 personnes.

Prérequis

- Aucun

Lieu de la formation

- Intra-entreprise (pour les formations dans vos locaux et/ou sur mesure, merci de nous contacter)
- Inter-entreprise : APR2S - Salle Eguzki 41 rue de Matignon 64340 Boucau

Modalités de financement

Plusieurs modes de financement vous permettent d'accéder à nos formations en tant que salarié via votre entreprise ou en tant que particulier (salarié, demandeur d'emploi ou indépendant). Pour en savoir plus, merci de nous contacter.

Délais d'accès

Un délai minimal de quinze jours est nécessaire entre la demande et le début de la formation (estimation) selon le nombre de stagiaires.

Votre contact

M. Gabriel MAYER - contact@apr2s.fr | 0533092831

Objectifs pédagogiques

- Identifier les risques liés à la manutention manuelle
- Limiter les accidents de travail et maladies professionnelle en devenant acteur de prévention au sein de l'entreprise
- Connaître le fonctionnement de son corps, de son dos et les dommages potentiels
- Apprendre les bons gestes et les bonnes postures pour éviter la blessure en situation de travail

Programme de la formation

- Connaître la réglementation et les obligations
 - Article R4541-3 du code du travail
 - Les obligations légales des employeurs et des employés
- Présentation des Troubles Musculosquelettiques (TMS) les chiffres et leurs impacts
 - Les zones
 - Les pathologies
 - Les conséquences
- Comprendre les principes de prévention
 - Comprendre la prévention
 - Comprendre le risque, le danger et la réparation
- Présentation de l'anatomie, de la biomécanique du corps et des différentes pathologies du dos
 - Composition du corps

- Fonctionnement du corps
- Les zones de mobilité
- Définition de la biomécanique
- Apprendre les bonnes techniques pour le dos en fonction de la position
 - Les 9 Principes Généraux de Prévention
 - Les Principes de Sécurité Physique et d'Économie d'Effort
- Adapter son poste de travail et mise en pratique
 - Mise en pratique

Organisation de la formation

Formateurs

Formateurs spécialistes du domaine, titulaires du certificat de "Formateur Gestes et Postures", intervenant pour l'organisme de formation habilité APR2S (références sur demande).

Méthodes et moyens pédagogiques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Mise en situation de cas concrets

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mise en situation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

Sanction de la formation

Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

Tarif

190.00€ nets de taxes / personne. L'organisme de formation atteste être exonéré de TVA, en application de l'article 261.4.4.a du Code Général des Impôts.

Selon le nombre de stagiaire pour un même client et le lieu de formation (intra-entreprise / inter-entreprise) nous pouvons personnaliser notre offre. Les éventuels frais de déplacements, d'hébergement et de restauration du stagiaire ne sont pas compris. Ils sont exclusivement à la charge du client/stagiaire.