

Formation Gestes et Postures

Devenir acteur de la prévention

Public :

Travailleurs d'ESAT

Pré-requis :

Capacité à travailler en groupe, capacité à mémoriser, être volontaire

Conditions de formation :

- Support théorique (Vidéo projecteur).
- Exercices pratiques en salle
- Support vidéo.
- Cette formation repose sur une pédagogie qui alterne de séquences théoriques et pratiques avec des mises en situation en atelier.

Objectifs :

- Devenir acteur de la prévention dans son entreprise.
- Comprendre l'utilité des équipements individuels de protection (EPI), Savoir choisir et utiliser les EPI en fonction des risques spécifiques liés au poste de travail.
- Etre capable d'adopter les bons gestes et les bonnes postures au poste de travail, afin de réduire la fatigue et diminuer les risques d'accidents.

Contenu :

- Devenir acteur de la prévention
 - * La « recette de l'accident » : comprendre le mécanisme accidentel
 - * Responsabilité de l'employeur et du salarié
 - * Les 9 principes de base en prévention
 - * Les protections collectives et individuelles de mon entreprise
 - * Les statistiques AT et MP et les risque spécifiques de mon entreprise = le Document Unique d'Evaluation des Risques * Professionnels (DUERP)
 - * Exercices en sous-groupe : la chasse aux risques
 - * Le travail une activité simple ?
 - * La BIPP : Boucle Insidieuse de Perte de Productivité
- L'activité physique
 - * L'activité physique : un risque majeur ! (Gestes, postures, efforts, TMS)
 - * Fonctionnement du corps humain et ses limites
 - * Visualiser, ressentir les gestes naturels du corps humain
 - * Adopter les bons gestes et les bonnes postures au poste de travail (Exercices pratiques)
- Bilan/évaluation de la formation
 - * Evaluation des acquis gestes et postures : QCM collectif
 - * Les 5 mesures de prévention retenues par le groupe : rédaction commune du document « Recueil des points de vigilance » (ce document sera remis à la direction en fin de formation)



Durée

1 jour - 7h

Tarif

- Intra : nous consulter

Lieu

- Intra : site client

Effectif

- Intra : 6 à 10 maximum

Formateur

- REACTIV2M