

GESTES ET POSTURES - PROGRAMME 7H00

Fiducial FPSG expert en formation Sécurité Incendie, Sécurité au Travail et Sureté dispense plus de 200 formations dans nos trois centres (Saint Denis, Lyon et Lille) et partout en France par le biais de nos unités mobiles (Incendie, Amiante et magasin).

OBJECTIF

Répondre à l'obligation d'information et de formation concernant les manutentions manuelles
Réduire et maîtriser les risques d'apparition de maladies professionnelles.
Faire acquérir aux participants une compétence gestuelle minimale dans la manutention de charges inertes
Etudier et appliquer les principes d'économie d'effort sur les postes de travail.

Public concerné

Tous public.

Pré Requis

Comprendre lire et écrire le français.

Objectifs pédagogiques

Répondre à l'obligation d'information et de formation concernant les manutentions manuelles.
Réduire et maîtriser les risques d'apparition de maladies professionnelles.
Faire acquérir aux participants une compétence gestuelle minimale dans la manutention de charges inertes.
Étudier et appliquer les principes d'économie d'effort sur les postes de travail.
Améliorer les conditions de travail sur les postes.

Qualification intervenant(e)(s)

Formateur expérimenté.

Parcours pédagogique

Statistiques nationales des AT et MP dans le secteur d'activité concerné
Notions de prévention 9 principes généraux, EPI...
Notions d'anatomie Biomécanique humaine, physiologie, verrouillage du rachis...
Les principes généraux de manutention
Economie d'efforts, principes de sécurité physique...
Apprentissage des techniques gestuelles de manutention de charges inertes
Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
Mise en pratique au poste de travail des Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Effort
Chaque stagiaire applique à son poste la gestuelle apprise
Recherche avec le formateur de propositions d'amélioration gestuelle, Organisationnelle ou technique

Méthodes et moyens pédagogiques

30% de théorie, 70% de pratique

Les + métier

Étudier et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pour se protéger lors des manutentions manuelles

Méthodes et modalités d'évaluation

Évaluation en formation continue

Attestation de fin de formation

Entrée en formation : 30 jours sous réserve du nombre suffisant de participants et de la réception des prérequis éventuels.

Modalités d'Accessibilité

Tous nos centres de formation sont équipés pour accueillir des personnes en situation de handicap

Durée

7 heures
1 jour

Effectif

12 personnes

RESPONSABLE ADMINISTRATIF, HANDICAP & PEDAGOGIQUE :

M. BAPTE Christopher – 06.16.18.11.55
qse@lfp-formation.com

VI – mise à jour le 06/03/2026