

R'FORMATION

1 rue Saint Martin
91610 BALLANCOURT
Email: contact@r-formation.fr
Tel: 0979271065



Sensibilisation aux gestes et postures

La formation permet de prendre conscience des bonnes postures à adopter en fonction de son poste de travail

Durée: 3.30 heures (1 demi-journée)

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Profil du stagiaire

- Toutes personnes souhaitant acquérir les compétences pour adopter les bons gestes et les bonnes postures

Prérequis

- Aucun

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Être capable de travailler au quotidien en appliquant des postures adaptées
- Faire remonter aux personnes concernées les axes d'amélioration nécessaire pour travailler sur un poste de travail adapté

CONTENU (PROGRESSION PEDAGOGIQUE)

- Théorie sur la base du référentiel I.N.R.S. ED 4071 et C.R.A.M.I.F :
 - Analyse des accidents du travail liés aux manutentions manuelles ;
 - Etude des postes de travail vus avec les apprenants en formation
 - Aspects réglementaires
- Développement lié à l'anatomie
 - Notions d'anatomie et de physiologie
 - Mise en évidence des risques d'accidents (osseux, musculaires, articulaires...)
 - Notions d'efforts et de fatigue
- Pratique
 - Techniques gestuelles ;
 - Ergonomie ;
 - Analyse des attitudes au poste de travail.
- Bilan de formation : tour de table, évaluation de la formation, atteinte des objectifs pour chacun, axes d'amélioration, suggestions, remise des attestations.

ORGANISATION

Formateur

Référent pédagogique : Julie Dumont (contact@r-formation.fr)

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation, suffisamment grande pour la partie pratique (environ 25m2)
- Travaux et exercices individuels ou en groupe, études de cas, mise en situation, documentation remise au stagiaire.
- Support projeté, vidéos, photos ou témoignages, paperboard, exercices pratiques, mannequins, matériel de formation secourisme.

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

- À l'issue du stage, une attestation individuelle sera remise au stagiaire sous réserve de sa présence en continu et de sa réussite à l'examen
- Le stagiaire devra intervenir sur des mises en situation.
- Remise d'une attestation individuelle de fin de formation et d'une brochure spécifique.

Tarif : sur devis

Délai accès : en fonction des disponibilités

Modalités d'accès : présentiel en entreprise

Accessibilité : Nos formations peuvent être adaptées à certaines situations de handicap, contactez-nous pour étudier les aménagements nécessaires