

GESTES ET POSTURES

Code produit : 0J4/ Version : v1

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Prévention des risques liés à l'activité physique dans le cadre de l'entreprise
- Rappel et explication des bons gestes et des bonnes postures à adopter pendant le travail
- Conseils sur les gestes au quotidien

PUBLIC CONCERNE/EMPLOI VISE

Toutes personnes en charge de la prévention des risques dans l'entreprise

PREREQUIS

Aucun

MODALITES

Durée : 3 heures 30 d'assiduité

Type : E-learning

Assistance technique et pédagogique : Chaque participant recevra, en même temps que sa convocation, des liens et codes d'accès à notre plateforme sécurisée dédiée. Il pourra s'il le souhaite tester et contacter au besoin notre support pour l'utilisation des outils.

Le bénéficiaire dispose également d'une assistance pédagogique de la part de l'intervenant identifié dans tout le déroulement du parcours de formation.

Méthodes et moyens pédagogiques : Parcours interactif (questions, sons, vidéos, illustrations 2D - 3D), Évaluation formative par des mises en situation pour évaluer les acquis en cours de formation, Tutorat individuel,

Validation des acquis : QCM, tests

Sanction de la formation : Attestation de fin de formation, certificat de réalisation

Profil de l'intervenant : Formateur spécialisé dans le domaine

PROGRAMME

MODULE :

Les définitions de la formation Gestes et Postures en situation de travail

- Généralités
- La réglementation
- Les accidents du travail

L'anatomie

- L'incidence sur les différentes parties du corps humain
- Le squelette
- Les ligaments
- Les muscles
- Les tendons

Les TMS

- La colonne vertébrale
- La prévention
- Les gestes et attitudes à adopter afin de minimiser les risques

Les principes de prévention

- Les gestes au travail
- Les gestes dans la vie quotidienne
- Les exercices physiques

LES + ASFO

Nos responsables pédagogiques et intervenants sont des experts reconnus dans leur métier.

Certification AFNOR selon le référentiel ISO 9001.