

## OBJECTIFS

- **Connaitre** les risques spécifiques à l'activité professionnelle.
- **Connaitre et utiliser** les techniques facilitant le port des charges.
- **Adapter** ces techniques au contexte spécifique d'exercice.
- **Appliquer** les principes d'ergonomie à toutes activités extra professionnelles, dans un objectif de prévention au quotidien.

## POUR QUI ?

- **Tout salarié** d'entreprise du Bâtiment ou des Travaux Publics.

## PRÉ-REQUIS

- Savoir s'exprimer par oral en français.

## CONTENUS

- **Introduction**,
- **Partie théorique** : notion d'anatomie et de physiologie, les accidents de la colonne vertébrale, des membres supérieurs et intérieurs. Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort lors de la manutention manuelle des charges.
- Les situations liées au port de charge au sein de l'entreprise. Bilan du comportement physique et les techniques gestuelles à réaliser en sécurité et leurs adaptations aux principaux postes de travail dans l'entreprise.
- **Partie Pratique** : mise en application par les participants, des techniques de manutention manuelle.
- Mise en situation concrète à partir de certaines situations de travail.
- Synthèse de la formation et réflexion. Perspectives d'amélioration des conditions de travail.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION ET VALIDATION DE LA FORMATION

- **Exercices et cas pratique** basés sur des situations concrètes.
- **Attestation de stage.**

**TARIF INTER / TARIF INTRA** : Nous consulter

**PROCHAINE SESSION** : Nous consulter

## MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Interaction permanente entre les participants et le formateur.
- Mise en situation des participants et le formateur.

## Equipement de sécurité obligatoire

- Vêtements de travail, casque, gants anti-coupure, chaussures de sécurité.

## PROFIL DES INTERVENANTS

- Formateurs certifiés Geste et Posture.

\*\* Taux de satisfaction constaté sur la période 2020 - 2023