TB formation Organisme de formation

(TBF43 ind_0)



PROGRAMME DE FORMATION :

Formation GESTES ET POSTURES Liés à l'Activité Physique, Industrie, Bâtiment, Commerce

OBJECTIFS :

Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liés à l'activité physique.
Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique (à partir des indicateurs statistiques et des connaissances anatomiques).
Identifier les éléments déterminant des gestes et postures liés aux situations de travail.
Repérer dans son travail des situations pouvant nuire à la santé.
Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents.
Proposer des améliorations susceptibles d'éviter ou de réduire les risques identifiés et participer à leur mise en œuvre.

PUBLIC ET PRE-REQUIS :

Maîtrise de la langue d'enseignement :
Français lu, écrit, parlé
Tout public

Durée de la formation :1/2/ journée soit 3.5 heures
Nombre de personne par session : 2 à 8 personnes maxi pour un confort

LIEU :

Formation en intra ou inter entreprise (dans vos locaux, où dans les locaux TB FORMATION dates à votre convenance).

HORAIRES :

08h30 – 12h00 à confirmer avec le client
Ou adaptés selon la demande

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :

- Interaction permanente entre les participants et le formateur ;
- Pédagogie interactive qui permet de porter un regard critique sur son environnement de travail et de proposer des idées d'amélioration ;
- En fonction du contexte de l'entreprise, le formateur peut insister sur un thème plus particulièrement (anatomie, techniques de manutention, …).
- Prévoir la manœuvre de charges et des matériels utilisés par les stagiaires sur leur poste de travail.

PROGRAMME :

(à ajuster selon le public, le contexte de la formation et de l'entreprise)

Le programme se déroule en accord avec les stagiaires : Entre théorie et pratiques

Temps d'échange avec les stagiaires :

1ère Item :

- Accueil ;
- Tour de table ;
- Rappel des objectifs de la formation ;
- Attentes de chaque stagiaire ;
- Informer les stagiaires du déroulement de la formation et de l'évaluation.

2ère Item :

- Présentation de la formation-action dans la démarche de prévention de l'entreprise ;
- L'importance des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle et les enjeux humains et économiques pour le personnel et l'entreprise ;
- Les différents acteurs de la prévention de l'entreprise ;
- Les risques de son métier ;
- La place de l'activité physique dans l'activité de travail ;
- Le fonctionnement du corps humain et de ses limites.

3ème Item :

- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leur conséquence sur la santé ;
- Les facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique ;
- Dans sa situation de travail, description de son activité et repérage des situations pouvant nuire à sa santé ;
- Identification des risques potentiels ;
- Les différentes causes d'exposition ;
- Prévention au quotidien Les bonnes postures et gestes préventifs dans la vie quotidienne.

4ème Item :

- Situations à risques ;
- Réglementation applicable à la manutention manuelle ;
- Notions d'anatomie ;
- Vidéos ;
- Coordination des efforts ;
- Synchronisation des gestes ;
- Manutention collective : coordination ;
- Proposition d'aménagements et de conseils.

6ème Item :

- Organisation musculaire ;
- Le squelette et la colonne vertébrale ;
- Troubles musculo-squelettiques ;
- Principes de sécurité physique et d'économie d'efforts ;
- Démultiplication des masses ;
- Recherche de l'équilibre ;
- Vidéos.

7ème Item :

- Techniques de levage et de transport de charges ;
- Les postures en bureautique et en manutention .

- Épreuve certificative : test théorique et pratique le long de la formation

BILAN :

- Bilan de fin de formation avec les stagiaires individuellement et collectivement.

DOCUMENTS DÉLIVRES SI RÉUSSITE A L'ÉVALUATION :

Attestations de formation remises sur places avec les livrets de cours

Responsable pédagogique : Thierry BIDAUX 06.84.98.17.22
Moyen d'accès : téléphone ou site internet www.tbformation.fr
Délais de réponse : 24h00 à 48h00 par retour

Suivi : Chaque participant signera par demi-journée une feuille d'émargement, également signé par le formateur.

Accueil des personnes en situation de handicap