

Public Concerné

Toute personne exerçant des manipulations manuelles ou des transports de matériel.

Objectifs

Etre capable de :

- Repérer, dans son travail, les situations susceptibles d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs et susceptibles de nuire à sa santé pour préserver ses gestes et postures.
- Porter un regard critique sur son poste de travail, du point de vue de l'adaptabilité des principes de bases et des améliorations éventuelles à apporter aux gestes et postures.
- Prendre conscience et adopter les principes basiques de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation.
- Avoir une vision correctrice et préventive des gestes et des postures à adopter et proposer toute idée d'amélioration à l'encadrement et en particulier lorsque celle-ci nécessite une étude plus approfondie.

Prérequis

- Pas de prérequis nécessaire

Durée et Nombre de Stagiaires

- 1/2 journée, soit 3 heures 30 min pour un groupe allant de 1 à 10 stagiaires.

Lieu de la Formation

- Sur votre site (en salle et accès à vos postes de travail)

Contenu de la Formation

- Première séance de la formation sensibilisation gestes et posture : (1h00)
 - Présentation des objectifs du programme
 - Rappel des statistiques sur les accidents du travail lié à la manutention
 - Sensibiliser au fonctionnement de la mécanique humaine : notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie.
 - Présentation et préparation de la deuxième séance
- Deuxième séance de la formation sensibilisation gestes et posture : (45min)
 - Objectif de l'enseignement pratique
 - Les principes de base de l'utilisation de la mécanique humaine (principes de sécurité physique et d'économie d'effort)

- Exercice d'application sur les différentes charges et matériels
- Troisième séance de la formation sensibilisation gestes et posture : (1h45)
 - L'homme et son poste de travail
 - Exercices d'application
 - Présentation du suivi de l'action mise en place dans l'entreprise
 - Bilan
 - Les risques inhérents à l'entreprise sont traités au cours de la session.

Equipe Pédagogique - Qualification des Intervenants

- Nos formateurs GP sont des formateurs en prévention des risques expérimentés sur ce thème.
- Responsable Pédagogique : LAKAL Bruno.

Moyens Pédagogiques

La formation est essentiellement pratique, les explications du programme sont données pendant et à l'occasion de l'apprentissage des gestes (il s'agit de faire acquérir aux stagiaires des capacités opérationnelles directement utilisables en situation professionnelle).

La démarche s'inscrit dans une démarche de résolution de problèmes, elle implique une pédagogie active, centrée sur le groupe en formation.

Les apports théoriques et réglementaires, et le rappel des consignes de sécurité sont strictement limités aux besoins pédagogiques des stagiaires.

La formation théorique se déroule en salle avec notre matériel de projection (projection du cours théorique).

Remise d'un support stagiaire à chaque participant.

Modalités de mise en œuvre

- Les stagiaires devront venir en formation en tenue de travail (avec leurs EPI : gants, chaussures de sécurité, casque si nécessaire).
- Prévoir la manœuvre des charges et des matériels utilisés par les stagiaires sur leur poste de travail (ex : parpaing, caisse de bois, sac de sable, rouleaux de câble, barres de fer, petits conteneurs métalliques, ...)

Evaluation et Sanction

- Une évaluation à chaud est effectuée à la fin de la session.
Cette évaluation a pour objectifs principaux de :
 - Evaluer l'intégration des outils et techniques transmis à l'occasion de la formation
 - Mesurer la satisfaction et l'intérêt des participants
 - Pressentir les évolutions et les changements mis en place
- **Sanction** : Attestation de stage.