

20, rue Leconte de Lisle
38029 Grenoble Cedex
Tél. : 04 58 55 21 70
Courriel : emploicompetences@afiph.org
www.afiph-emploi-competences.org

Formation cœur de métier

GESTES ET POSTURES AU POSTE DE TRAVAIL : FORMATION ADAPTATION AU POSTE DE TRAVAIL

Public:

- Travailleurs en ESAT
- Travailleurs en EA
- Avoir suivi le module sensibilisation à la prévention des risques professionnels

Rythme et tarif:

- une 1/2 journée de 3 heures
- 650 € par groupe de 10 personnes au maximum

Modalités d'évaluation :

Attestation de formation / bilan de l'action suivie et questionnaire satisfaction qualité

OBJECTIFS DE L'ACTION :

- Comprendre les principes de base de l'activité de manutention.
- Identifier les risques liés au poste occupé : reconnaître les signaux d'alerte corporels afin de prévenir les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)
- Savoir comment aménager son poste de travail au niveau du matériel utilisé et des postures adoptées en lien avec les règles de sécurité.
- Comprendre les bonnes pratiques et savoir les appliquer.

DESCRIPTIF DE L'ACTION :

Ce module de formation vise à sensibiliser à la prévention des TMS en situation de travail, à travers :

- L'identification des parties du corps engagées dans les activités de manutention et les risques associés (TMS)
- L'application des mesures recommandées permettant de prévenir ces risques et ainsi préserver sa santé : mouvements à éviter et gestes et postures préconisées.
- Des exercices pratiques d'adaptation au poste de travail : mises en situation à partir des situations réelles de travail, permettant d'identifier concrètement les risques et les mesures à adopter pour préserver sa santé et travailler en sécurité.

MODALITES :

- Ce module de formation repose sur une pédagogie adaptée, alternant temps de partage théorique et pratique à travers des mises en situations permettant aux travailleurs d'être acteurs de leur formation.
- Il se déroule en présentiel, dans une salle prévue par la structure accueillante, avec un groupe composé de 8 à 10 travailleurs maximum.
- L'utilisation de supports audio-visuels sera privilégiée afin de rendre le contenu de la formation plus explicite.

INTERVENANTS :

- L'intervenant L'intervenante – formatrice est une psychologue du travail qui maîtrise de par sa formation et ses expériences la prévention des risques professionnels.