

Fiche Parcours Gestes et Postures

Objectifs:

Permettre aux participants de prévenir des accidents du travail par des gestes adaptés et de réduire les tensions musculaires au poste de travail.

Durée :

7 heures

Public concerné : Salariés du secteur IBC : Industrie, Commerce ,BTP et activités de bureau

Nombre de participants : 12 maximum

Pré-requis : Aucun

Programme :

Module 1 : Présentation des enjeux liés à l'activité physique (AP)

Objectifs :

Module 1 : Dans une démarche de prévention; Statistiques sur les atteintes à la santé liées à l'AP; Place de l'AP au travail; Principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur.

Module 2 : Identification et caractérisation des risques liés à l'AP Atteintes de l'appareil locomoteur et conséquences sur la santé; Facteurs de risques (biomécanique, psychosocial et environnement physique);

Description de vos activités et identification des situations à risques.

Module 3 : Analyse du poste de travail Repères méthodologiques de l'analyse des déterminants de l'AP; Application à votre situation de travail; Recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail.

Module 4 : Aménager son poste de travail Les principes généraux de prévention; Les principes de base d'aménagement;

Les aides techniques à la manutention; Portée et limites des principes de sécurité physique et d'économie d'effort. Référence réglementaire : Art. R.4541-8 du Code du Travail : « Tout chef d'établissement doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles : d'une formation essentiellement pratique sur les gestes et postures. » Méthodes pédagogiques : Exposé didactique; Analyse des postes de travail avec les opérateurs; Exercices de mise en situation.

Lieu :

Sur votre site Matériels : Vidéo projecteur Mannequin 1 support de cours par stagiaire