

PROGRAMME DE FORMATION « BONS GESTES / BONNES POSTURES »

Objectifs:

Cette formation vise à :

- Appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention,
- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour réduire l'apparition des TMS.

Public visé et pré-requis:

- Aucun pré-requis,
- Tout salarié.

Les moyens d'encadrement, techniques et pédagogiques mis en œuvre:

La formation est dispensée par:

- Nom du formateur - Titre et références (diplômes, certificats, formation, expérience...):
 - ✓ **Loïc Filliatreau** : MAITRISE en ergonomie – IUP Maintenance, Fiabilité et Qualité. Formation « lecture de plans » réalisée en 2015 - initiation à la conduite de projets architecturaux, formalisation des exigences fonctionnelles et simulation sur plan.
 - ✓ **Audrey Hainaut** : MASTER II Psychologie du travail option Ergonomie et conception des systèmes de travail. Habilitée PRAP par l'INRS depuis 2015.

Les moyens pédagogiques sont : pédagogie active et participative, mises en situation, exercices pratiques, quizz, vidéos.

Le contenu / durée et déroulé de la formation:

Le contenu de la formation tient compte des caractéristiques de l'activité de l'entreprise.

ière demi-journée:

- Définitions et statistiques : accident du travail, maladie professionnelle, Troubles MusculoSquelettiques (TMS),
- Définition du risque et du danger – savoir les identifier dans son travail,
- Notions d'ergonomie,
- Aspects réglementaires,
- Notions d'anatomie et de physiologie,
- Passage en revue des facteurs détériorant l'état de santé,
- Recherche des facteurs de risque des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS),
- Point sur l'utilisation des Equipements de Protection Individuelle (EPI),
- Réflexion avec les stagiaires des moyens d'amélioration des différentes situations de travail problématiques relevées lors des observations (organisationnel, technique, humaine),

2ème demi-journée :

- Principes de base de sécurité et d'économie d'efforts pour limiter les risques liés à la manutention manuelle de charges,
- Mise en situation : manipulations de charges.

Modalités d'évaluation :

- Tout au long de la formation, le formateur s'assure de la bonne compréhension et de l'acquisition des notions au travers de questionnements ou d'exercices pratiques.
- A l'issue de la formation, passation d'un **questionnaire d'évaluation** :
 - Evaluation par le formateur des acquis du stagiaire
 - Evaluation par le stagiaire :
 - de l'atteinte des objectifs ;
 - de la qualité de la formation ;
 - de la qualité du formateur.

Conditions tarifaires :

Contactez le secrétariat au **03 21 46 87 57**

Les locaux de SISE sont adaptés aux personnes à mobilité réduite (accès parking, passage de portes, ascenseur, sanitaires adaptés...). Pour toute information contactez la référente Handicap Fabienne BOUCHART au 03 21 46 87 57