

PROGRAMME DE FORMATION BONS GESTES ! BONNES POSTURES !

Objectifs pédagogiques :

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 Troubles Musculo Squelettiques (TMS).

Public visé et pré-requis :

- Public visé : Tout salarié.
- Pré-requis : aucun

Organisation de la formation :

Equipe pédagogique : un(e) expert(e) diplômé(e) disposant d'une expérience professionnelle avérée

Moyens pédagogiques et techniques :

Les supports techniques utilisés : PowerPoint, vidéo

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

Dispositif de suivi de l'exécution et de l'évaluation des résultats de la formation :

- 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.

Contenu / durée et déroulé de la formation :

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

1ère demi-journée :

- *Définitions et statistiques : accident du travail, maladie professionnelle, Troubles Musculo Squelettiques (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.*

Durée: 1 jour soit 7 heures

Validité de la formation :

Sans objet

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...).

Nous vous invitons à prendre contact avec notre Référente Handicap pour tout aménagement pédagogique, matériel ou organisationnel dont vous auriez besoin (03 21 46 87 57).