

Gestes et Postures

Maintien et actualisation des compétences

Référence réglementaire

Cette formation a pour objectif de permettre au salarié de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou des maladies professionnelles. Elle permet également à l'employeur de répondre aux obligations du code du travail (art. R4541-8) concernant les manutentions manuelles.

Objectifs

- Être capable d'étudier et prévenir les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail
- Être capable d'appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail spécifiques aux métiers du bâtiment et des travaux publics
- Être capable d'avoir une gestuelle optimale et réflexe lors de la manipulation de charges inertes et d'équipements

Prérequis

Être titulaire de la formation initiale gestes et postures

Nombre de participants

Jusqu'à 10 participants

Compétences du formateur

Formateur

Logistique à prévoir

Salle de 20m2 minimum

Matériel Pédagogique

Le matériel pédagogique est adapté à la mise en situation.

Il permet de mettre en pratique l'apport de connaissances théoriques pour une assimilation des techniques

Public concerné

Toute personne travaillant dans les métiers du bâtiment et des travaux publics et étant amenée dans le cadre de son activité à manipuler des charges ou à effectuer des mouvements répétitifs.

Durée

4 heures pauses comprises

Tarif

Nous consulter

Modalités et délais d'inscription

Formation en présentiel avec émargement (Inter-entreprise : inscription selon planning de formation)

Accessibilité

Pour les personnes en situation de handicap : nous consulter

Validation

Méthodes de validation :

Épreuve théorique et pratique

Modalités de validation de la formation : formative
Remise d'attestation de formation

Maintien des compétences

Maintien des acquis recommandé tous les 24 mois

Gestes et Postures

Maintien et actualisation des compétences

Programme

- ✓ **Introduction sur les troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies en France**
- ✓ **Notions d'anatomie et biomécanique**
 - Facteurs de risques et pathologies du travail**
 - ✓
 - Hyper sollicitations des articulations et du dos
 - Positions contraignantes et répétés
 - Les facteurs aggravants (rythmes de travail et délais, conditions climatiques, vibrations etc...)
- ✓ **Études des postes de travail (gestes et postures des métiers du BTP)**
- ✓ **Principes d'économie d'effort et de sécurité physique**
- ✓ **Entraînement aux gestes corrects et gestes à éviter**