



PUBLIC

Tout public

PRÉ-REQUIS

Aucun

DURÉE

1 jour – 7 heures

EFFECTIF

Maximum 10

VALIDATION

Remise d'une attestation individuelle de formation

MOYENS ET METHODES

PEDAGOGIQUES :

- Vidéo
- Powerpoint
- Exercices pratiques

FORMATEURS

- Consultant –Formateur Ergonome
- Intervenant en Prévention des Risques Professionnels

Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter le référent Handicap

Vous pouvez retrouver nos conditions générales de ventes sur notre site www.manmatformations.com

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Améliorer la posture de chaque salarié et la bonne gestuelle à son poste de travail, en vue de réduire les risques d'accidents du travail
- Faire comprendre les risques d'une mauvaise posture sur la colonne vertébrale
- Faire prendre l'habitude d'exécuter les gestes du quotidien dans les meilleures conditions en appliquant les règles simples afin de réduire les risques d'accidents corporels.

EVALUATION ET VALIDATION

- Contrôle des connaissances assuré durant la formation (QCM).
- Cette formation est sanctionnée par une « Attestation individuelle de fin de formation ».
- Cette formation fait l'objet d'une mesure de la satisfaction globale des stagiaires sur l'organisation et les conditions d'accueil, les qualités pédagogiques du formateur ainsi que les méthodes, moyens et supports utilisés

PROGRAMME DE LA FORMATION

Théorie : 3h25

- Données d'éléments statistiques concernant les accidents de manutention
- Les moyens de prévention
- Le squelette
- Principe de sécurité physique
- Film.

Pratique : 3h25

- Education gestuelle de base
- Recherche de l'équilibre
- Principe de limitation de l'effort
- Etude de postes de travail
- Manipulation des pièces liées au poste de travail
- Démonstration d'exercice de détente musculaire (dos, épaules, nuque).

Bilan : 0h10

Synthèse et clôture du stage
Evaluation de satisfaction

Site internet : www.manmatformations.com

Siège : MAN-MAT Formations 58 avenue Georges Clemenceau - 94700 MAISONS ALFORT

Tél. : 06 50 34 62 41 - Courriel : manmatformations@gmail.com

N° TVA INTRACOMMUNAUTAIRE FR67825021264

SASU au capital de 500€ inscrite au RCS de Créteil

Code APE : 4752A-Organisme de formation 11940977594-SIRET : 82502126400015 - SIREN 825 021 264