

## GESTES & POSTURES PREVENTION DES RISQUES PHYSIQUES

### OBJECTIFS

- ☞ Identifier et réduire les risques de Troubles Musculo Squelettiques (TMS) et ceux liés à la manutention manuelle
- ☞ Proposer des pistes d'amélioration en prenant en compte les moyens organisationnels, techniques et humains
- ☞ Apprendre à minimiser l'effort

### PUBLIC CONCERNE

Tout salarié étant amené à faire de la manutention manuelle ou à travailler dans des postures contraignantes

### ENSEIGNEMENTS PRATIQUES

- ☞ Mise en situation professionnelle
- ☞ Etude au poste de travail
- ☞ Recommandations et solutions faites par le formateur et le stagiaire, au poste de travail, en prenant en compte les moyens de prévention existants et envisageables

### MODALITE D'EVALUATION

- ☞ Quizz
- ☞ Evaluation finale, bilan de fin de formation
- ☞ Remise attestation individuelle d'assiduité

### ENSEIGNEMENTS THEORIQUES

- ☞ La démarche de prévention de l'entreprise et les risques dorsolombaires
- ☞ Statistiques nationales, sectorielles et propres à l'entreprise
- ☞ Les accidents de travail et les maladies professionnelles
- ☞ Les bonnes et les mauvaises pratiques en gestes et postures
- ☞ L'ergonomie et les postes de travail
- ☞ L'anatomie et la prévention (gestes répétitifs, le squelette, les maladies du dos...)
- ☞ Les moyens existants au sein l'entreprise pour maîtriser les TMS (Troubles Musculo-squelettiques)

### METHODES PEDAGOGIQUES

A partir d'un audit réalisé dans votre entreprise sur différents postes de travail, nous créons un **programme de formation sur mesure**, tenant compte des éventuelles mauvaises postures constatées auprès de nos équipes et des risques liés à votre activité et à la configuration de vos locaux.

La pédagogie de la formation utilise, pour l'essentiel, la reconnaissance et la valorisation à travers le groupe. L'objectif étant de favoriser l'entraide et de devenir acteur de sa propre prévention.



Durée : 0,5 à 2 jours

Pré-requis : aucun

En présentiel ou en distanciel

**Experts, préventeurs, consultants, IPRP, avocats/juristes, ingénieurs, ergonomes**, interviennent dans votre entreprise sur les problématiques, a priori et a posteriori, en Santé & sécurité au Travail, QVT et RH.

### NOS POINTS FORTS :

- ☞ **Formation « sur mesure » adaptée à vos spécificités et vos attentes**
- ☞ **Formation dispensée par des formateurs expert et agréés par la CARSAT et l'INRS**
- ☞ **Possibilité de rédiger un rapport reprenant les bonnes pratiques TMS à mettre en place au sein de votre entreprise**

