

Gestes & Postures

GP 7H

DERNIÈRE MISE À JOUR LE 07/08/2024



DURÉE

7h / 1 jour



A RENOUELLER

Tous les 2 ans



LA CIBLE

Ensemble du personnel

RENSEIGNEMENT ET INSCRIPTION :

CONTACT@WERISK.FR

07 71 84 24 28

OBJECTIF

La formation GP permet d'acquérir les bonnes pratiques en matière de gestes et postures afin de diminuer les risques d'accidents de travail et de maladies professionnelles liés aux activités physiques

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Comprendre les notions élémentaires d'anatomie et de physiologie
- Identifier les atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- Être capable d'analyser sa situation de travail
- Maîtriser les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort



PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire



INTERVENANTS

Formateur Gestes et Postures
Formateur Ostéopathe diplômé



ÉVALUATION

Évaluation Théorique



PARTICIPANTS

De 2 à 10 personnes



MODALITÉS

La formation se déroule dans vos locaux

Gestes & Postures

GP 7H



PARTIE THÉORIQUE

LES ENJEUX DE LA DEMARCHE

ANATOMIE

Le fonctionnement du corps humain, ses limites

PHYSIOPATHOLOGIE

Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur
Pathologies du travail

LES FACTEURS DE RISQUES

Les principes d'ergonomie
Les principes de sécurité et d'économie d'effort

LE TRAVAIL SUR ÉCRAN

ANALYSER SA SITUATION DE TRAVAIL

PROPOSER DES AMÉLIORATIONS

De sa situation de travail

GESTES DE LA VIE QUOTIDIENNE

La santé également en dehors du travail

PARTIE PRATIQUE

INITIATION AUX MÉTHODES DE MANUTENTION DE CHARGES

APPLICATION SUR LES POSTES DE TRAVAIL DES SALARIÉS

MISE EN SITUATION



ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

La formation est accessible, une étude des conditions d'accès sera réalisée en amont de l'inscription afin d'identifier les conditions de réalisation et de faisabilité de la formation



MÉTHODES ET MOYENS MOBILISÉS

Exposés interactifs, démonstrations, étude de cas, mise en situation, matériel de simulation incendie



DIPLÔME

Attestation de fin de formation