

GESTES ET POSTURES



Objectif de la formation

- Prévenir les risques liés à la manutention manuelle ;
- Prévenir les risques dorso-lombaires et musculosquelettiques, et d'appliquer les techniques de gestes et de postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue ;
- Identifier les contraintes physiques (mauvaises postures et gestes déclencheurs de douleurs) ;
- Acquérir les compétences gestuelles minimales dans la manutention de charge.

Durée de la formation

7 heures de présentiel.

Tarif de la formation

100 euros (Tarif/personne)

Lieu de la formation

La formation se déroule dans nos locaux (sis au 5 rue Halle PUGET 13001 Marseille), mais avec une possibilité de la réaliser en intra-entreprise, pour cela, prendre contact avec notre organisme de formation.

Horaires de la formation

Lundi : de 09h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

Mardi, Mercredi et Jeudi de 08h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00

Vendredi : de 08h00 à 12h00.

Nombre de stagiaires

Minimum 4 et maximum 12 stagiaires.

Pré requis à la formation

Aucun.

Programme de la formation

- Risques et accidents de manutention ;
- Aspects réglementaires ;
- Les statistiques en termes d'accidents du travail et de maladies professionnelles ;
- Les notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie ;
- Les équipements individuels et collectifs de sécurité ;
- Les techniques manuelles de lever-porter de charge ;
- Exercices pratiques ;
- Postures de travail adaptées ;

GESTES ET POSTURES



Validation

- Une évaluation des acquis.
- Une attestation de formation est délivrée au stagiaire qui a participé à l'ensemble de la formation (7 heures de formation).

Accessibilité:

En cas de situation de handicap, contactez-nous pour connaître la faisabilité de votre intégration.

Financements:

Fonds propres - OPCO - CPF - Pôle emploi ou autres

L'action de formation ne se valide pas par bloc de compétences.

Modalités d'accès à toutes nos formations :

Prise de renseignements via le formulaire en bas de page ou contact par mail ou téléphone

Délais d'accès :

L'inscription à une formation est possible jusqu'à 24h avant le début de celle-ci (sous réserve de place et de dossier complet / voir le calendrier des formations.

L'inscription sera validée après le retour de la convention signée ainsi que d'un acompte de 30% du montant de la formation.

À la suite de cela, la convocation sera envoyée par mail avant le début de votre formation.

FPS

FORMATEC PRO SECURITE