



Normandie Prévention Formations
se Former : Un atout sécurité

Formation

Gestes et postures

Conformément aux recommandations INRS et Art. R 4541 art.7 et 8 du code du travail

Public concerné

Membre du personnel de l'entreprise ayant à effectuer de la manipulation ou du transport manuel de charges

Prérequis

Présenter les aptitudes médicales requises au port de charges

Durée

1 jour soit 7 heures

Modalité

Présentiel
Dans vos locaux

Lieu et Dates

A préciser dans vos locaux

Prix

185€ par apprenant
700 € par groupe de 4 à 10 personnes maximum

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention
- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents.

PROGRAMME

1. Théorie :

- Sensibilisation aux risques d'accident par manutention,
- Statistiques des accidents de travail et des maladies professionnelles liées à la manutention,
- Aspect réglementaire,
- Notion d'anatomie et de physiologie appliquée,
- Notions d'effort et de fatigue,
- Evolution des lésions.

2. Pratique :

- Principe d'économie d'effort,
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne préhension de la charge,
- Choix des prises,
- Manipulation de charges de natures diverses (charges spécifiques à l'établissement),
- Les postures de travail,
- Approche de l'organisation du poste de travail par le principe d'économie d'effort.



Normandie Prévention Formations
se Former : Un atout sécurité

Formation

Gestes et postures

Conformément aux recommandations INRS et Art. R 4541 art.7 et 8 du code du travail

Accessibilités

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation

Suivi de l'exécution

Feuilles d'émargement et attestations de formation

Indicateurs de résultats

Taux de satisfaction apprenants à chaud

Taux de réussite globale évaluation finale des acquis

Taux de satisfaction formateur à chaud

Formateur

LAPLAIGE Vincent-Pascal

Modalités d'accès

Inscription via formulaire

[Inter-entreprises](#)

Signature d'une convention de formation au moins 1 mois avant

[Intra-entreprises](#)

Fourniture du fichier apprenants et signature d'une convention de formation au moins 1 mois avant

Méthodes Pédagogiques

- Formation théorique (exposés, questions et exercices) et pratique (manutention de charges diverses).
- Le groupe se compose d'un nombre maximum de 10 candidats.
- Chaque stagiaire devra être équipé d'une tenue de travail adapté, de chaussures de sécurité, de gants
- Diaporama
- Films / vidéos
- Photos
- Mise en situation pratique

Méthodes d'évaluations

- Evaluation formative par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction apprenant en fin de formation
- Bilan de fin de formation de la part du formateur

Contact auprès de Vincent-Pascal LAPLAIGE via
Mail : contact@np-formations.fr
Tél : 07 68 93 41 80