
Prévention des risques, Ergonomie

GESTES ET POSTURES

OBJECTIF DE LA FORMATION

Être acteur de sa propre prévention mais aussi de devenir acteur de la prévention de son entreprise ou de son établissement

COMPETENCES VISEES

- Être capable de se situer en tant qu'acteur de prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement
- Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- Être capable de participer à la maîtrise du risque dans son entreprise ou son établissement et à sa prévention

PEDAGOGIE

- Recueil des attentes préformation.
- Pédagogie ludique et applicative, expérimentations pratiques, jeux de rôles, applications concrètes.
- Alternance de périodes de formation en présentiel et d'applications en entreprise pendant l'intersession.

MOYENS D'ENCADREMENT

Intervenants : Formateurs spécialisés dans le secteur certifiés par l'INRS.

MODALITES D'EVALUATION

- Recueil des attentes personnalisé.
- A l'issue de la formation, une attestation individuelle de formation.
- Évaluation à chaud de la formation par les stagiaires en fin de stage.
- Évaluation à froid de la formation par les stagiaires 1 mois après le stage.

DELAIS D'ACCES

Deux semaines

ACCESSIBILITE

En fonction du site de l'entreprise

PRE-REQUIS

Aucun

PUBLIC

Salariés

DUREE

Une journée + 2 demi-journées soit 14h par personne

ORGANISATION

Maximum 10 stagiaires

LIEU

Intra-entreprise

COUT DE LA FORMATION

Devis gratuit

PROGRAMME

JOUR 1

Maîtriser les fondamentaux de la prévention des risques professionnels

- Les cadres légal et institutionnel de la prévention des risques.
- Les enjeux de la prévention des risques sur la santé, le travail et la performance.
- Les processus d'apparition des risques professionnels.
- Les différents risques de son secteur d'activité.
- Les notions d'accident de travail, d'accident de trajet et de maladie professionnelle.

Inscrire ses actions dans la démarche de prévention

- Connaître son potentiel d'action dans la démarche de prévention.
- Participer activement à la démarche de prévention.
- Interagir efficacement avec les autres acteurs de la prévention.

Réaliser l'évaluation de ses risques professionnels

- Les techniques de prise de hauteur pour observer son travail.
- Les limites du corps humain : anatomie, physiologie, pathologies.
- Repérer les facteurs de chutes, d'accidents de manutention et de TMS.
- Identifier les composantes d'une situation de travail génératrice de risques.
- Évaluer ses contraintes physiques, mentales et émotionnelles.
- Analyser les phases de travail à risque dans son activité professionnelle.
- Les outils de recherche d'améliorations préventives.

1ER DEMI-JOURNEE

Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles SOIGNANT



- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Les handicaps physiques dus au travail.
- Les mobilisations basées sur les mouvements naturels du corps humain.
- Les mobilisations protectrices adaptées à la personne aidée.

Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Les mobilisations basées sur les mouvements naturels du corps humain.

2 EME DEMI-JOURNEE

Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles SOIGNANT

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Les handicaps physiques dus au travail.
- Les mobilisations basées sur les mouvements naturels du corps humain.
- Les mobilisations protectrices adaptées à la personne aidée.
- L'utilisation des aides techniques préventives

Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles

- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Les mobilisations basées sur les mouvements naturels du corps humain.