www.sftl.fr

FICHE PROGRAMME

GESTES ET POSTURES



SFTL FORMATIONS

SOCIÉTÉ DE FORMATIONS TECHNIQUES ET LOGISTIQUES

10, rue de Cocherel
27000 ÉVREUX
02 32 35 34 32

11, rue Fernand Michaux
61300 L'AIGLE
02 33 34 37 91





LIEU :

INTER / INTRA

DURÉE :

1 jour / 7 heures

LES OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Ce parcours a pour objectif d'enseigner aux participants comment appliquer les bons gesteset adopter les bonnes postures au travail. Ceci afin de permettre au salarié de contribuer à sapropre sécurité physique avec des postures à adopter et de diminuer les risques et maladiesprofessionnelles.

Connaître les techniques théoriques et pratiques de manutention manuelle,
Appliquer à son poste de travail les principes de prévention des risques liés aux activitésphysiques observées.

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE :

Cours **théoriques** et cours **pratiques** en alternance.
En collectif et face à face individualisé.

PRÉREQUIS

- Être majeur
- Aptitudes médicales
- Savoir s'exprimer en français

FORMATION

- Durée selon catégorie
- Groupe de 5 à 10 personnes au maximum.
- Théorie et pratique

MODULES

- Réglementation
- Technologie et classification
- Maintenance
- Adéquation
- Circulation
- Sécurité

Formé aujourd'hui, opérationnel demain !

PUBLICS PRÉREQUIS



Toutes les personnes devant accéder à la formation Gestes et Postures ;
Présenter les aptitudes médicales et psychotechniques requises ;
Savoir communiquer en Français (lire, écrire, parler)
Être majeur.

CONTENU DE LA FORMATION

ASPECTS THÉORIQUES :



Les accidents du travailLes statistiques,
Notions d'anatomie du corps humain,
Les lésions les plus fréquentes,
Les accidents dus aux manutentions manuelles,
Principes généraux des gestes et postures,
Le poste de travail et l'homme,
Les aides à la manutention.

ASPECTS PRATIQUES :

Exercice de base,
Prises de charges diverses en fonction des travaux ou activités effectués par le personnel,
Déplacement de charges,
Actions en commun,
Exercices afin d'acquérir la bonne posture.

A QUI S'ADRESSE LA FORMATION GESTES ET POSTURES ?

Tout personnel affecté à des postes de travail qui comporte des manutentions manuelles tellesque le port de charges, notamment au niveau dorso lombaire (colonne vertébrale notamment).

MODALITÉS DE SUIVI ET DE VALIDATION :

Durée : 7 heures sur 1 journée par groupe de 5 à 10 personnes aumaximum.
Suivi : Chaque participant signera par demi-journée une feuille d'émargement, signée par leformateur/ testeur.
Évaluation : Test théorique (QCM) et test pratique.

VALIDATION

Attestation de formation et, en cas de réussite aux tests, délivrance du titre.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS :

Les documents permettant l'inscription à la formationdoivent être remplis et retournés à notre organisme 48h avant le début de la formation.
S'il n'y a plus de place dans la formation que vous désirez, SFTL s'engage à vous en trouver uneautre selon vos disponibilités.

Si vous êtes en situation d'handicap, vous pouvez joindre notre référent handicap au 02.32.35.34.32 ou par mail : contact@sftl.fr.

Formé aujourd'hui, opérationnel demain !

Formé aujourd'hui, opérationnel demain !

SFTL FORMATIONS

CONTACTS

Naïma CARPENTIER
Manager commerciale
ncarpentier@sftl.fr
06 74 38 43 34

Marie DUMONT
Conseillère en formation
marie.dumont@sftl.fr
06 12 78 60 86

www.sftl.fr