









Lieux de formation : Site de Auch [dpt. 32]

Prix: 750 € HT / session

Modalités: plan de développement des Délais d'accès : délai moyen de 15 jours

Intervenant: Formateur SOPREV

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Risques et accidents de manutention.
- Aspects réglementaires.
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquée.
- Risques de lésions.
- Exercice sur un outil digital : serious game pour découverte des techniques de manutention appropriées en fonction de la situation de travail.
- Principes d'économie d'effort.
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne manutention de la charge.
- Exercices pratiques : échauffement / éveil musculaire manipulation de charges de natures diverses, étirements / soulagements des tensions.
- Postures de travail adaptées.
- Approche de l'organisation du poste de travail.



MÉTHODES ET MOYENS MOBILISÉS

Méthodes: Exposés interactifs, mises en situation, jeux de rôles. Moyens: vidéoprojecteur, paperboard, livrets et outils pédagogiques nécessaires à la formation.



LES +

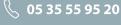
ÉVALUATION : Évaluation pratique grâce à des mises Attestation individuelle de formation en situation, évaluation théorique de la formation grâce à un QCM.

ATTRIBUTION FINALE: Attestation individuelle de formation



MAINTIEN DES CONNAISSANCES















PROGRAMME

- **PRÉSENTATION**
- **RISQUES ET ACCIDENTS DE MANUTENTION**
 - Formateur/Stagiaires Attentes des stagiaires
- **ASPECTS RÉGLEMENTAIRES**
- **NOTIONS D'ANATOMIE ET DE** PHYSIOLOGIE APPLIQUÉE

RIQUES DE LÉSIONS

- **EXERCICE SUR UN OUTIL DIGITAL**
 - serious game pour découverte des techniques de manutention appropriées en fonction de la situation de travail

- PRINCIPES D'ÉCONOMIE **D'EFFORT**
- **DÉTERMINATION DES** POSITIONS DES DIFFÉRENTES **PARTIES DU CORPS POUR UNE BONNE MANUTENTION DE LA CHARGE**

- **EXERCICES PRATIQUES**
- **POSTURES DE TRAVAIL ADAPTÉES**
- APPROCHE DE L'ORGANISATION DU POSTE DE TRAVAIL

Réf. GP **FORMATION GESTES ET POSTURES** La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante: Qualiopi

> ACTIONS DE FORMATION

