Gestes et postures : risques du travail debout

https://www.estim-formation.com/formation-gestes-et-postures-risques-du-travail-debout

Objectifs de la formation

- Identifier les différents risques liés au travail en station debout
- Améliorer les conditions de travail, en assimiler les gestes et postures adaptés
- Maitriser les techniques d'économie d'effort

Programme pédagogique

La posture de travail debout prolongée

- Retour sur la réglementation en matière de TMS (troubles musculosquelettiques)
- Donner les statistiques d'accident du travail
- Appréhender les notions d'anatomie et de physiologie du corps humain

Mise en évidence des risques potentiels d'accidents

- Risques osseux
- Lésions musculaires
- Douleurs articulaires

La posture de travail debout : définition

- Qu'est-ce que la position debout ?
- Identifier les avantages du travail debout
- Identifier les contraintes du travail debout

Mesurer les risques au poste de travail

Assimiler les techniques gestuelles permettant de limiter les risques de TMS (troubles musculosquelettiques)

- Principes d'économie d'effort
- Principes de sécurité physique

Plan de traitement

- Mise en place d'un plan de progrès personnel et individuel à partir d'un accompagnement sur le poste de travail

Prérequis et public cible

Prérequis de formation :

Ce programme de formation ne nécessite pas de pré-requis particulier.

Cette formation est ouverte à tous les publics.

Public concerné :

Les salariés amenés à travailler avec une posture debout prolongée.

Modalité d'évaluation pédagogique

Méthodes d'apprentissage :

- Support de cours Formation gestes et postures travail debout
- Exercices pratiques

- Mises en situation

Evalution des compétences acquises par les stagiaires :

A l'issue de la formation, un controle de connaissance permettra d'évaluer les compétences acquises par chaque participant.