

Développement des compétences Gestes et Postures -

Gestes techniques répétitifs, postures statiques, manipulation de charges lourdes : les salariés peuvent être exposés à des troubles musculosquelettiques.

Le CNF vous propose des formations gestes et postures adaptées aux différents métiers selon l'environnement professionnel.

Les apprenants pourront ainsi :

Se sensibiliser aux conséquences sociales et économiques des TMS et des problèmes de dos,

Se familiariser avec les principes de sécurité physique et d'économie d'effort,

Aménager leurs postes de travail de manière adaptée,

Limiter les risques physiques auxquels ils peuvent être confrontés en adoptant une mauvaise ergonomie sur la durée,

Durée: 7.00 heures (1.00 jours)

Profils des apprenants

- Tout public
- agents de nettoyage, opérateurs de manutention, agents polyvalents, encadrants de proximité.

Prérequis

- aucun formel ; aptitude médicale au poste recommandée ; capacité à comprendre le français professionnel.

Accessibilité et délais d'accès

Possibilité d'adaptation de la formation après analyse du besoin de la compensation: possibilité de mise en place de double écran, de souris ergonomique, de mise en place d'un tuteur pour un parcours individualisé...

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilités réduites.

Pour en savoir plus contactez : SANA BENHADJ / RÉFÉRENTE HANDICAP

sanabenhadj@siegecnf.com

Téléphone : 06 51 00 65 27

Pour plus d'informations:

<https://www.agefiph.fr/auvergne-rhone-alpes>

https://lannuaire.service-public.fr/navigation/auvergne-rhone-alpes/cap_emploi

Dates : A déterminer en fonction du nombre minimum d'apprenant requis sous un délai de 2 mois

Prix : sur devis, contacter notre service commercial Mr Ismaël CHAOUA ismaelchaoua@siegecnf.com
8 semaines

Qualité et indicateurs de résultats

100% de réussite en 2024

20 apprenants formés en 2024

Objectifs pédagogiques

Centre National de Formations

17 avenue de l'Industrie
42390 VILLARS
Email : contact@siegecnf.com
Tel : +33482829100



- Réduire l'exposition aux risques liés aux gestes et postures
- Permettre l'identification, l'analyse et la correction des situations à risque
- Transmettre les techniques de nettoyage et de manutention ergonomiques et sécurisées

Contenu de la formation

- Introduction et principes de sécurité
 - Définitions d'AT (Accident du Travail) et de MP Maladie Professionnelle
 - Identifier les obligations de l'employeur
 - Qu'est ce que le DUERP
 - La prévention et la formation en entreprise
- Identification des risques
 - Connaître le corps humain et comprendre son fonctionnement
 - Quels sont les troubles musculosquelettiques (ou TMS)
 - Quels sont les troubles visuels
 - La senescence et les gestes et postures
 - Les risques d'accidents et les maladies professionnelles
- Les mesures de prévention
 - Identifier les facteurs de risques
 - Apprécier les techniques gestuelles de bien-être corporel
 - Principes d'économie d'efforts et principes de sécurité physique
 - Savoir adopter les postures spécifiques
 - Analyse sur son poste de travail, son matériel employé et ses habitudes pour réaménager et corriger
 - Savoir maîtriser le port de charges lourdes
 - Analyser les besoins et les attentes
- Améliorer l'ergonomie
 - Ergonomie du matériel
 - Mise en place des EPI adaptés
 - Les aides mécaniques
- Techniques de nettoyage sécuritaires
 - Mettre en application des techniques de nettoyage réduisant l'effort et la répétition
 - Qu'est ce qu'est la pré-imprégnation
 - Respect des consignes de sécurité et d'économie d'effort.
- Techniques de manutention sécuritaires
 - Appliquer les principes de levage, port, poussée et traction en sécurité.
 - Choisir et utiliser des aides mécaniques adaptées.
- Prévenir les accidents et instaurer des routines
 - Mettre en place des routines d'échauffement et de prévention quotidiennes
 - Conduire une chasse aux risques et proposer des actions correctives simples.

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Mr Dominique Raison
Mme Sana Benhadj
Mr Hanad Abdellahi
Mme Nadia Benkaabia

Des intervenants professionnels, spécialistes de la formation pour adultes et professionnels dans les métiers d'hygiène et de propreté interagissent lors de la formation

Ressources pédagogiques et techniques

Centre National de Formations | 17 avenue de l'Industrie VILLARS 42390 | Numéro SIRET : 91484777700028 |
Numéro de déclaration d'activité : 84691988769 (auprès du préfet de région de : AUVERGNE RHÔNE ALPES)
Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

Centre National de Formations

17 avenue de l'Industrie
42390 VILLARS
Email : contact@siegecnf.com
Tel : +33482829100



- Supports de formation écrits et numériques,
- Salle de formation adaptée,
- travail par groupe
- Accès personnalisé au LSM avec séquences elearning interactive
- Mise en situation professionnelle
- Matériel ergonomique(chariots, conteneurs de pré-imprégnation, manche ergonomique etc...)

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Alternance de théorie (avec supports informatiques, numériques, vidéos), de QCM et mises en situation pratique, avec jeux de rôles et simulations

Délivrance d'une attestation de formation

La formation délivre attestation de formation, après évaluation finale

Possibilité de modules complémentaires certifiants: PRAP, SST