



Spécialiste des formations techniques industrielles

Gestes et postures

SECU - 02



Objectifs de la formation

- Connaître les bons gestes et les bonnes postures relatifs à son poste de travail
- Respecter les recommandations et diminuer les risques d'accidents
- Connaître la conduite à tenir en cas d'accident

Public concerné

Toute personne apte à comprendre des instructions de sécurité

Pré-requis

Aucun

Modalités d'accès à la formation

Aucune

Lieu de formation

Dans nos locaux ou dans les locaux de l'entreprise

Durée

1 jour

Méthodes pédagogiques

- Visite préalable de l'entreprise (attentes , contexte , récolte de documents ...)
- Adaptabilité du contenu au profil des stagiaires
- Support de cours remis à chaque participant

Formalisation à l'issue de la formation

Attestation individuelle de fin de formation envoyée à l'entreprise

Programme de la formation**Théorie**

Statistiques

- risques liés aux activités physiques
- exemples d'accidents

Notions générales

- mécanique humaine
- anatomie
- physiologie
- pathologie
- économie d'effort
- limites

Réglementation

Secourisme

- notions de premier secours
- conduite à tenir en cas d'accident

Pratique

Etude de cas concrets

- identification des risques potentiels
- aménagement du poste de travail
- agencement des surfaces de circulation

Mise en situation sur poste de travail*

- respect des consignes
- postures et/ou opérations de manutention

* avec l'accord de l'entreprise