

Objectifs :

- Appréhender les risques dorso-lombaires et leur prévention
- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents

Pré-requis / Public :

- Aucun pré requis
 - Toutes les personnes appelées à effectuer, au cours de leur travail, la manipulation manuelle de charges
- Nota : L'aptitude physique au port des charges doit être reconnue.

Moyens pédagogiques :

- Vidéoprojecteur et tableau blanc

Méthodes Pédagogiques :

- **Cours sur vidéoprojecteur**
- Interaction permanente entre les participants et le formateur : mise en situation, pédagogie par l'action

Modalités et délais d'accès :

Selon planning

Programme :

SENSIBILISATION AU PROBLEME

- Quelques chiffres
- Secteur industriel
- Anatomie – pathologies
- Processus de dégradation du dos

LES TECHNIQUES POSTURALES

- Principes généraux
- Exercices pratiques

LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

- Définition
 - Statistiques
 - Anatomie – pathologies
 - Facteurs de risques
 - Principes d'actions
-
- Gains attendus et moyens de mesure (données entreprises)

BILAN DE FIN DE FORMATION ET EVALUATION

Validation : A l'issue de la formation, afin d'attester les capacités du candidat à accomplir les tâches confiées, une évaluation THEORIQUE est réalisée.
Si réussite aux épreuves, une attestation de stage de réussite est délivrée.

Lieu :

Must Formation

Horaires et conditions :

8h – 12h / 13h -16h
Repas de midi à la charge du stagiaire

Tarif : Sur demande

Formules possibles : Intra dans vos locaux, Inter ou sur mesure, nous consulter

contact@mustformation.com