

GESTES ET POSTURES LES BONNES PRATIQUES DU PORT DE CHARGES (MAC)

Objectif : Caractériser l'activité physique dans sa situation de travail et mettre en œuvre les principes de base de sécurité et d'économie d'effort

Public/prérequis : Ensemble du personnel/Avoir déjà été formé aux gestes et postures

Modalités pédagogiques : face à face avec alternance théorie / pratique

Effectif : 5 à 10 personnes **Durée** : 7 heures **Prix de vente** : 840 €/ session (IKS compris)

Support remis lors de la formation : aide-mémoire

Modalités de sanction de formation : évaluation des acquis, attestation de fin de formation et évaluation de satisfaction

CONTENU

Tour de table

Rappel du règlement intérieur

Rappel des objectifs

Recueil des attentes des stagiaires

Présentation du programme détaillé de formation

PROGRAMME

INTRODUCTION

STATISTIQUES

- Les accidents de travail
- Les troubles musculosquelettiques ou TMS

LE RACHIS

Anatomie / biomécanique / physio-pathologie

LES MAUVAISES POSITIONS ET LEURS CONSEQUENCES

- Les postures du Dos
- Les troubles du Dos

LA MANUTENTION

- Position de départ
- Le transport et le déplacement

CONSEILS GÉNÉRAUX

MISE EN SITUATION

Nous réalisons des applications pratiques de nos formations en conformité avec les attentes de nos stagiaires, et nous individualisons nos conseils en fonction de chacun.



NOUS CONTACTER

contact@msa-services-bfc.fr

Tel. 03 80 63 23 59 - 06 20 36 79 98

www.msa-services-bfc.fr

