

Formation - Gestes et postures - Personnel administratif



00004640_021-FR-P



Présentiel



4 heures

Cette formation permet de sensibiliser le personnel administratif aux risques liés à la manutention et aux postures de travail, afin de prévenir les troubles musculo-squelettiques et améliorer le bien-être au poste de travail.

Niveau

Fondamentaux

Public

- Toutes les personnes appelées à effectuer, au cours de leur travail, la manipulation manuelle de charges

Objectifs

Les apprenants seront capables de mettre en œuvre les compétences suivantes :

- appréhender les risques dorso-lombaires et la prévention (directive du Conseil 90/269/CEE et code du travail Art.R231-66 et suivants)
- appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour diminuer la fréquence des accidents, atténuer la fatigue et améliorer la compétence professionnelle

Pédagogie & ressources techniques

Alternance d'apports théoriques et de mises en pratique

Évaluation des acquis

- Quiz

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation

Responsable

Formateur TotalEnergies Learning Solutions, ayant une expertise dans le domaine et formé à des méthodes pédagogiques modernes adaptées aux besoins spécifiques des apprenants issus du milieu professionnel

Programme

DESCRIPTION

Sensibilisation aux risques de manutention :

- Statistiques des accidents de travail liés à la manutention.
- Cadre réglementaire (directive 90/269/CEE, Code du travail Art.R231-66 et suivants).
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquée.
- Concepts d'effort, de fatigue et évolution des lésions.

Exercices pratiques :

- Principes physiques de la manutention.
- Techniques d'économie d'effort.
- Manipulation de charges variées.

- Postures de travail adaptées.

Organisation du poste de travail :

- Application du principe d'économie d'effort à l'aménagement de l'espace.

Please contact our disabled persons referent to check the accessibility of this training program:

tis-handicap@totalenergies.com