

FORMATION GESTES & POSTURES

Durée préconisée de la formation : 1 journée.
Nombre de stagiaires : 10 maximums.

Objectifs de la formation : Faire acquérir aux stagiaires une compétence gestuelle minimale afin de préserver son dos dans la vie professionnelle en appliquant les principes élémentaires d'économie rachidienne.

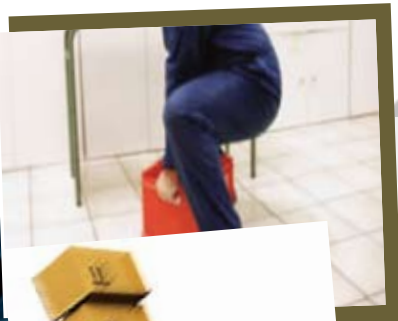
Participants / pré-requis : Personnels ayant un poste de travail présentant un risque pour le dos.

Lieu de formation : Salle de formation de votre entreprise.

Matériels de formation : Vidéo projecteur. Présentation Power Point ou tableau.

Moyens pédagogiques : Pédagogie active, alternance théorie / pratique.

L'intervenant : La formation est encadrée par un kinésithérapeute-formateur, spécialiste de la prévention des problèmes de dos et des troubles musculo-squelettiques.



PARTIE THEORIQUE

- Les accidents de travail.
- Conséquences directes et indirectes pour l'entreprise.
- Répartition statistique des lésions sur le corps.
- Attitudes à éviter.
- Anatomie physiologie et pathologies.
- Principes fondamentaux.
- Manipulations pratiques.

PARTIE PRATIQUE

- Manipulations et exercices pratiques sur site.
- Retour des gestes de chaque stagiaire.