



GESTES ET POSTURES

INTRODUCTION

La formation en prévention en entreprise est un pilier essentiel pour assurer la sécurité, la santé et le bien-être des employés. Elle vise à anticiper les risques, à sensibiliser les équipes aux bonnes pratiques, et à mettre en place des actions préventives pour éviter les accidents du travail et les maladies professionnelles. Comprendre l'importance de cette formation permet aux employeurs de créer un environnement de travail plus sûr et plus efficace.

POURQUOI LA FORMATION EN PRÉVENTION EST-ELLE ESSENTIELLE POUR LES ENTREPRISES ?

Réduction des risques professionnels : La formation en prévention permet d'identifier les dangers potentiels dans le milieu de travail et de mettre en œuvre des mesures pour les éviter. Cela inclut les risques liés aux équipements, aux postures de travail, aux substances dangereuses, et aux comportements inappropriés.

Amélioration de la sécurité au travail : En sensibilisant les employés aux risques et en leur apprenant les bonnes pratiques, la formation en prévention réduit le nombre d'accidents du travail. Une entreprise bien formée est une entreprise plus sécurisée.

Conformité réglementaire : Les employeurs ont l'obligation légale d'assurer la sécurité de leurs employés. La formation en prévention aide les entreprises à se conformer aux lois et réglementations en vigueur, évitant ainsi des sanctions potentielles.

Réduction des coûts liés aux accidents : Les accidents du travail peuvent entraîner des coûts élevés pour l'entreprise, incluant les indemnisations, les interruptions de production, et les remplacements temporaires de personnel. Une formation en prévention bien menée réduit ces risques et les coûts associés.

Amélioration du bien-être des employés : Un environnement de travail sécurisé et sain contribue au bien-être des employés. En se sentant protégés et valorisés, les employés sont plus motivés, moins stressés, et plus productifs.

Développement d'une culture de prévention : En formant régulièrement vos équipes, vous instaurez une culture d'entreprise où la sécurité et la prévention sont au cœur des préoccupations. Chaque employé devient acteur de sa propre sécurité et de celle de ses collègues.

LES OBJECTIFS CONCRETS DE LA FORMATION EN PRÉVENTION

Identifier et évaluer les risques : Enseigner aux employés comment reconnaître les dangers potentiels dans leur environnement de travail.

Mettre en œuvre des actions préventives : Apprendre aux équipes à adopter des comportements sécuritaires et à utiliser correctement les équipements de protection.

Sensibiliser et responsabiliser : Faire prendre conscience aux employés de leur rôle dans la prévention des risques et les encourager à participer activement à la sécurité collective.

Réagir efficacement en cas d'incident : Former les équipes à réagir rapidement et de manière appropriée en cas d'accident ou de situation dangereuse.

CONCLUSION

Investir dans la formation en prévention en entreprise est essentiel pour protéger vos employés, réduire les risques d'accidents, et assurer la conformité légale de votre entreprise. Une bonne politique de prévention ne se limite pas à éviter les dangers immédiats, elle crée un environnement de travail où la sécurité et le bien-être sont valorisés, ce qui profite à la fois aux employés et à l'entreprise.





GESTES ET POSTURES

La formation « Gestes et Postures » est essentielle pour prévenir les risques liés aux troubles musculo-squelettiques (TMS) dans le cadre professionnel. Cette formation permet aux employés d'acquérir les bonnes pratiques pour manipuler des charges, adopter des postures de travail ergonomiques, et ainsi réduire les risques de blessures. Découvrez comment notre formation Gestes et Postures peut améliorer le bien-être de vos équipes et augmenter leur efficacité au travail.

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Prévenir les risques de TMS : Comprendre l'importance de la prévention des troubles musculo-squelettiques liés aux mauvaises postures et aux gestes répétitifs.
- Adopter les bonnes pratiques : Apprendre les techniques de manutention sécurisées et les postures adaptées à chaque situation de travail.
- Améliorer le confort au travail : Identifier les facteurs de risque et ajuster l'environnement de travail pour maximiser le confort.
- Réduire les accidents du travail : Sensibiliser les employés aux risques et promouvoir une culture de prévention des accidents.

PUBLIC CONCERNÉ

- Tous les employés : Toute personne dont le poste de travail implique des manipulations de charges ou des postures prolongées.
- Personnel de manutention : Employés dans les secteurs logistique, industriel, médical, ..., où les risques de TMS sont élevés.

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation.

PRÉREQUIS

Aucun.

TARIFS

Intra entreprise : 500 € par groupe.
Inter particulier : 80 € par participant

DURÉE DE LA FORMATION

3h30 : Une demi-journée pour couvrir les aspects théoriques et pratiques des gestes et postures.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Signature d'une convention de formation minimum 15 jours avant le début de la formation.

PROGRAMME DE LA FORMATION

1. INTRODUCTION AUX GESTES ET POSTURES

- Anatomie et physiologie : Comprendre le fonctionnement du corps humain, les contraintes physiques liées au travail et les mécanismes des troubles musculo-squelettiques.
- Facteurs de risque : Identifier les situations de travail à risque et les gestes à éviter.

2. TECHNIQUES DE MANUTENTION

- Manipulation des charges : Apprendre les techniques sécurisées pour soulever, porter, tirer et pousser des charges.
- Utilisation des aides techniques : Présentation des équipements et outils ergonomiques qui facilitent la manutention.

2. ADOPTION DES BONNES POSTURES

- Postures de travail : Comprendre l'importance d'une bonne posture pour réduire la fatigue et les douleurs.
- Réglage du poste de travail : Ajustement des postes de travail pour une meilleure ergonomie (hauteur des plans de travail, position des écrans, ...).

4. MISES EN PRATIQUE ET SIMULATIONS

- Exercices pratiques : Ateliers où les participants pratiquent les techniques apprises sous la supervision d'un formateur.
- Correction des postures : Analyse et ajustement des postures des participants dans leur environnement de travail simulé.
- Études de cas : Discussion autour de situations concrètes rencontrées par les participants, avec solutions adaptées.

GESTES ET POSTURES

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Cours interactifs : Présentation théorique avec supports visuels et discussions.
- Démonstrations pratiques : Présentation des techniques de manutention et des postures par un formateur expérimenté.
- Exercices de simulation : Mises en situation pour pratiquer les gestes et postures dans un contexte réaliste.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Quizz d'évaluation.

CERTIFICATION

Attestation de formation délivrée à l'issue de la formation, certifiant la participation et les compétences acquises en gestes et postures.