PROGRAMME DE FORMATION

Formation gestes et postures au travail

Formation sur mesure · Intra, dans vos locaux

L'essentiel

Durée	À partir de 1 jour (7 h)
Format	Groupe, 8 stagiaires maximum
Lieu	Intra, dans vos locaux, en Bretagne et en Île-de-France. Ailleurs en France, sur demande.
Modalité	Présentiel, en intra, dans vos locaux
Public	Salariés dont l'activité comporte des manutentions manuelles.
Prérequis	Aucun. Tenue et chaussures adaptées à la manutention.
Tarif	Sur devis, prix par groupe
Délai d'accès	3 semaines minimum après validation du devis, ou à la date de votre choix
Accessibilité	Notre référent handicap étudie les adaptations avec vous : laetitia.david@2cforma.fr
Financement	Finançable par votre OPCO ou votre plan de développement des compétences.

Les postes de votre site

La formation s'appuie sur les charges, les postes et les aides à la manutention de votre site. Indiquez-nous les postes concernés avant la session.

La formation

À partir de 1 jour (7 h)	**Théorie 40 % · pratique 60 %**

Objectif

Réduire les risques d'accident et de troubles musculosquelettiques en appliquant les bons gestes à son poste.

Prérequis

Aucun. Tenue et chaussures adaptées à la manutention. Maîtrise orale et écrite de la langue française.

Programme

- Enjeux des accidents et des troubles musculosquelettiques
- Notions d'anatomie du dos et des articulations
- Analyse de l'activité physique à son poste
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Aides à la manutention et aménagement du poste
- Gestes et postures de travail
- Mises en situation sur les charges réelles du site

Évaluation

Questionnaire théorique et évaluation pratique des gestes en situation de travail.

Organisme certifié Qualiopi au titre de la catégorie Actions de formation. N° de déclaration d'activité : 53351040635

Sophie Gendre · 06 42 73 39 61 · contact@2cforma.fr · www.2cforma.fr

Et après la formation ?

Le maintien des compétences se programme avec vous, selon les postes et la fréquence des manutentions, sur une journée minimum. L'amélioration des postes de travail reste de votre responsabilité.

Méthodes et moyens pédagogiques

Exposés et mises en situation sur les charges, les postes et les aides à la manutention de votre site, que vous nous communiquez avant la session.

Ce que vous recevez

- Attestation de formation
- Résultat de l'évaluation pratique

L'amélioration des postes de travail reste de votre responsabilité.

Une question ? Écrivez-nous à contact@2cforma.fr ou appelez Sophie Gendre au 06 42 73 39 61.
Demande de devis : réponse sous 48 heures.