

GESTES ET POSTURES

VOTRE FORMATION



30 % de théorie
70 % de pratique

DUREE

4 H ou 7 H
selon la
demande

LIEU

Intra
Inter

MAINTIEN ET ACTUALISATION DES COMPETENCES

Recommandé 2 ans

PUBLIC CONCERNE

L'ensemble du personnel
de l'entreprise

La connaissance des gestes et postures spécifiques à sa situation de travail fait partie intégrante d'une démarche de prévention des risques liés à l'activité physique au travail.

INTERVENANTS

Formateurs spécialisés

SESSIONS 2016-2017

Organisation de votre session sur
demande

RESPONSABLE PEDAGOGIQUE

Mr Bernard DABAS

CONTACT

Comité Départemental des Yvelines
Secouristes Français Croix Blanche

Groupe scolaire de Haise
3 rue Mansart - 78370 PLAISIR
Tél : 01 30 55 02 02
info@croixblanche78.org
www.croixblanche78.org

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Connaître les comportements gestuels et posturaux les plus rationnels dans la marge de liberté que leur laissent leurs postes de travail.
- Participer à la recherche des solutions ergonomiques.

PROGRAMME PEDAGOGIQUE

- **Définition et généralités :**
 - Les accidents du travail et maladies professionnelles
 - Les pathologies mécaniques de la colonne
 - Principes généraux de prévention des risques liés à l'activité physique au travail.
- **Facteurs favorisant les pathologies :**
 - Les mauvaises habitudes maintenant les blocages
 - La force gravitationnelle, la fatigue, le stress, la mauvaise alimentation, le manque d'exercice...
- **Notion d'anatomie**
 - La colonne vertébrale (constitution)
 - Description anatomique du corps dans sa globalité
- **Application pratique sur lit, fauteuil et sol des techniques de manipulations avec et/ou sans aides techniques:**
 - Manipulation de patient selon ses capacités
 - Les retournements
 - Les redressements
 - Les abaissements
 - Les transferts horizontaux et verticaux
 - Les rehaussements
 - Les pivotements