



Formation mixte

Manutentions manuelles Gestes et postures

L'activité physique mobilise l'appareil locomoteur pour se déplacer, transporter, soulever, bouger, tirer-pousser, actionner... Il est admis qu'une activité physique adaptée joue un rôle positif pour la santé physique, psychique et mentale de l'individu.

Déroulement de la formation

Durée : 30 mn en *E-learning* (théorie) et 2h *en présentiel* (révision et pratique)

Profils des stagiaires : Destiné à l'ensemble des personnes

Prérequis : Aucun

Nombre de participants : De 1 personne minimum à 10 personnes maximum par session

Modalités et délais d'accès : Demande de renseignements, inscription soit par téléphone, soit par mail, soit directement sur le site internet maximum 7 jours avant la date de la session

Formalisation et envoi des devis, documents administratifs dans les 48 h maximum

L'inscription sera effective après réception de la convention signée

Objectifs pédagogiques

- Connaître les risques liés aux manutentions manuelles
- Connaître ce que sont les TMS et leurs conséquences
- Comprendre les causes et les facteurs de risques des TMS
- Mettre en œuvre des actions pour la prévention des TMS

Contenu de la formation

- Partie E-learning
 - Introduction
 - Les TMS
 - Les facteurs de risques
 - Prévenir les TMS
- Partie présentielle
 - Échange sur la théorie
 - Exercice d'échauffement
 - Port de charges inertes

Organisation de la formation

Équipe pédagogique : Formateur PRAP en cours de validité avec une expérience professionnelle du domaine proposé - Animateur en prévention

Moyens pédagogiques et techniques

- Partie présentielle :
 - Salle de formation
 - Diaporama (ordinateur, vidéo projecteur)
 - Caisse en bois, ...
 - Un aide-mémoire sera remis en fin de session et disponible sur l'extranet de la session
 - Cette formation s'appuie principalement sur des échanges, interrogations, démonstrations et de la pratique

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Partie e-learning :
 - QCM après chaque fin de chapitre
 - Traçabilité détaillée du parcours
 - Edition d'une attestation de passage
- Partie en présentiel :
 - Quizz de connaissances en début et en fin de session
 - Formulaire d'évaluation et de satisfaction de la formation

Modalités d'accès aux personnes handicapées

Les modalités d'accès correspondent aux dispositions de l'entreprise en intra.
Pour les formations en inter-entreprises, nous choisissons des salles accessibles au PMR (parking, restauration...)

SECURIS-COURS prend les mesures nécessaires à l'intégration des personnes en situation de handicap.

Contactez-nous afin d'étudier les possibilités de compensation disponible

Modalités de certification

Résultats attendus : Les stagiaires devront obtenir un score minimum de 60 % au quizz de fin

Modalités d'obtention : Délivrance d'une attestation individuelle

Détails sur la certification : Formation non certificative

Durée de validité : Autant que nécessaire



Moyenne générale de satisfaction de nos stagiaires en 2020