



32h INTRA (modulable) - Tarif : nous consulter

Public : Tout professionnel

Prérequis : Aucun

Objectifs

- **Acquérir** des postures et gestes sécuritaires lors des manutentions de charges dans le cadre des activités professionnelles, mais aussi dans tous les gestes de la vie quotidienne.
- **Prendre conscience** des contraintes ergonomiques.
- **Contribuer** à la diminution des accidents de travail et arrêts dus aux troubles musculo-squelettiques.

Méthode

Formation présentielle.
Méthodes interactives.
Échanges et partages d'expériences.
Apports théoriques.
Analyse des pratiques.

Sanction de l'action

Attestation de compétences.

Modalités d'évaluation

Le bénéficiaire :
- prend connaissance de son niveau d'acquisition lors de la remise de son attestation de compétences.
- évalue à chaud / puis à froid l'action de formation.

L'entreprise bénéficiaire recevra un questionnaire pour évaluer l'impact de cette action.

Intervenant

Formateur SIFAM, professionnel de santé, expert en ergomotricité.

Délais d'accès

Entre trois jours et cinq semaines en fonction des pièces à fournir (nous consulter)

Accessibilité

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent :
inscriptions@sifam-formations.fr.
Un accompagnement sera mis en place.

Contenu

Prise de contact : accueil, présentation de la session, recueil des attentes du groupe.

Travaux pratiques :

Exercices : transporter, soulever, déposer, charger / décharger.
Applications concrètes en salle.

Notions théoriques :

Principes de la Méthode (concept d'ergomotricité).
Justifications biomécaniques.
Principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

Synthèse.