



21h INTRA (modulable) - Tarif : nous consulter

Public : Tout professionnel

Prérequis : Aucun

Objectifs

- **Économie d'effort et de sécurité** du dos lors des travaux d'entretien et de manutention des charges.
- **Prendre conscience** du surmenage et des contraintes physiques notamment pour le rachis.
- **Adapter** les conditions de travail selon des critères ergonomiques.

Contenu

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

Travaux pratiques :

Exercices : fondamentaux en postures et gestes utilitaires.
Applications concrètes aux travaux (entretien locaux, activité ménagère, collecte linge,...).

Procédés de Manutention : matériel de roulage, choix, utilisation, entretien.

Synthèse.

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.