



**Durée** : 6H (sur 1 journée)

**Public visé** : personnel de l'établissement (3 à 12 participants)

**Modalités et délais d'accès** : Formations essentiellement intra-entreprise, les modalités et délais sont définis en accord avec l'entreprise cliente

**Pré-requis** : Aucun

**Objectif** :

- Identifier les risques liés à l'activité physique à partir des connaissances anatomiques et physiologiques
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Acquérir des connaissances qui permettront de participer à l'amélioration de leur condition de travail et de leur vie quotidienne

**Modalités d'évaluation**: L'évaluation des compétences acquises est réalisée tout le long de la formation aux travers d'exercices et de mises en situation (évaluation formative)

**Méthode pédagogique** :

- Expositive, participative
- Démonstrative
- Apprentissage lors de mises en situation pratique
- Feed-back

**Tarifs** : Voir devis

Les formations habilitantes (inscrites au RNCP) ne contiennent pas de **blocs de compétences**, de **passerelles**, de **suite de parcours** ni de **débouchés**

## PROGRAMME DE LA FORMATION

**Matin** - Eléments statistiques des accidents du travail et des maladies professionnelles - Anatomie, physiologie, pathologie (1,5 h) - Principes de base de l'utilisation de la mécanique humaine - Techniques gestuelles de base (1,5 h)

**Après-midi** (sur les postes de travail) - Techniques gestuelles spécifiques à la profession et étude du poste de travail (Aménagement, organisation du poste de travail) - Facteurs d'ambiances physiques (éclairage, bruit, température...) (3 h)

**Matériel** - Salle assez grande, propre, pour faire des exercices corporels - Vidéoprojecteur - Tableau ou paper-board - Tenue de travail habituelle des personnes

.