Ergonomie : gestes professionnels

https://estim-formation.com/formation-ergonomie-gestes-professionnels

Objectifs de la formation

- Mettre en relation la physiologie de l'appareil locomoteur et les risques encourus en cas de geste inadapté.
- Connaître les gestes et postures adaptées.
- Comprendre l'importance de l'aménagement du temps, de l'espace, du corps.

Programme pédagogique

Ergonomie : définition

- Ergonomie et activité de travail
- Ergonomie et condition de travail
- Exemples de pathologie du personnel professionnel
- Atteintes de l'appareil locomoteur

Démarches préventives

- Anatomie et physiologie de l'appareil locomoteur
- Prévention des lombalgies en milieu professionnel
- Aménagement des postes de travail
- Gestes et postures adaptés
- Organisation du temps et des déplacements : notions d'effort, d'énergie, d'optimisation des activités dans le temps et l'espace

Méthodes pédagogiques

- Analyse de planches et de postures
- Travail de groupe
- Pratiques et mises en situation
- Élaboration de stratégies préventives : correction des gestes et postures en situation, optimisation des activités dans le temps et l'espace

Prérequis et public cible

Prérequis de formation :

Ce programme de formation ne nécessite pas de pré-requis particulier.

Cette formation est ouverte à tous les publics.

Modalité d'évaluation pédagogique

Evalution des compétences acquises par les stagiaires :

A l'issue de la formation, un contrôle de connaissances permettra d'évaluer les compétences acquises par chaque participant.