

## Durée de la formation

7 heures (1 jour)

## Tarif

Sur devis

## Lieu de formation

À définir

## Horaires

09h00 / 12h30

13h30 / 17h00

## Prérequis

Aucun

## Public concerné

Tout public

## Nombre de stagiaire

12 stagiaires maximum

## Modalités pédagogiques

Alternance de phases théoriques et pratiques. Au cours de chaque séquence :

Démonstration et justification des gestes enseignés par le formateur et apprentissage des gestes par tous les stagiaires,

## Modalité d'évaluation

Les stagiaires seront évalués à partir d'une grille spécifique.

## Formalisation de la formation

- Une attestation de présence

- Une attestation de fin de formation validant les compétences acquises

## Intervenant

À définir

## Renseignements et inscription

Julie DUMOULIN

04.94.60.39.42

[formation-provenceazur@msaservicespa.fr](mailto:formation-provenceazur@msaservicespa.fr)

## OBJECTIFS

- Former aux bonnes conduites des pratiques physiques dans le travail.
- Appréhender les risques dorsolombaires et leur prévention.
- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents.
- Améliorer la sécurité, réduire les absences, les accidents du travail et les maladies professionnelles.
- Augmenter le bien-être et la productivité

## FORMATION

### Programme

- Les enjeux de la démarche Prévention
- Identifier les situations dangereuses liées à l'activité professionnelle
- Repérer les situations à risque liées à l'activité physique
- Le fonctionnement du corps humain
- Agir lors d'une exposition à une situation dangereuse
- Proposer des améliorations
- Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
- Mettre en place des méthodes de travail sécurisantes