



Durée
7 heures



Lieu
Intra



Groupe
De 2 à 10 personnes



Tarif
Sur devis

■ Prérequis

Aucun

■ Public concerné

Personnels d'entretien, personnels de ménage, technicien de surface, femmes de chambre, jardiniers...

■ Objectifs de la formation

- Apprendre les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les gestes de manutention et d'entretien des locaux
- Savoir limiter les facteurs de risques et les contraintes du travail réel
- Limiter les risques liés à la manutention manuelle en appliquant les principes de base de sécurité et d'économie d'effort
- Participer à l'aménagement de son poste de travail

■ Compétences visées

- Prévenir et réduire les risques d'apparition d'accidents du travail et maladies professionnelles
- Appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail de l'entreprise.
- Adopter une gestuelle optimale et réflexe lors de l'utilisation du matériel d'entretien et lors de la manipulation de charges inertes
- Améliorer les conditions et la qualité de vie au travail
- Adopter une bonne hygiène de vie.

■ Méthodes pédagogiques

Exposés interactifs/ Démonstrations pratiques / Analyse des pratiques / simulations

■ Moyens pédagogiques

- Ordinateur
- Vidéo projecteur
- Matériel professionnel d'entretien des locaux
- Charges inertes diverses

FORMATION AUX GESTES ET POSTURES POUR LES PERSONNELS D'ENTRETIEN

■ Organisation de la formation / programme

7 heures en présentiel.

- Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies en France.
- Notions d'anatomie, biomécanique et pathologies du travail
- Etudes des postes de travail (gestes et postures des métiers d'entretien)
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Entraînement aux gestes corrects et gestes à éviter : attitude au poste de travail (station debout, courbée), utilisation du matériel de nettoyage, manipulation du mobilier et de charges inertes lors du nettoyage
- Gestes de la vie quotidienne : la santé ne s'arrête pas au travail
- Hygiène de vie
- Nutrition / lien avec la douleur

■ Modalités d'évaluation

Evaluation formative via des QUIZZ et des mises en pratique gestuelles

■ Sanction

Certificat de réalisation de la formation

■ Modalités et délais d'accès

Formation en intra : dans vos locaux ou dans nos locaux, prévoir un délai de 15 jours avant la mise en place de la formation

■ Maintien et actualisation des compétences

Remise à niveau conseillée tous les 2 ans

■ Formation accessible aux personnes handicapées

Oui, les Personnes en Situation de Handicap peuvent nous contacter en amont pour vérifier si des aménagements sont nécessaires en fonction des profils.

■ Qualification des formateurs

Kinésithérapeute Diplômée d'Etat et Formatrice en Gestes et Postures sécuritaires

Programme conforme aux exigences du Code du Travail - Art.R4541-1 à R4541-10

Nous contacter



CROIX BLANCHE PREVENTION
10 boulevard Tisseron – 13014 Marseille
Tél : 09 78 08 25 15 – www.croixblancheprevention.com