

**Prérequis :** Aucun

**Public :** Tout salarié

**Délai d'accès :** En inter selon un calendrier de programmation - En intra avec une intervention garantie sous un délai de 8 semaines selon les besoins

**Accessibilité :** Les locaux sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Vous êtes en situation de handicap ? contactez notre référent handicap Mme BEURGUET - 05 49 43 86 68

## OBJECTIF DE LA FORMATION

- Acquérir les bons réflexes pour adopter les bonnes postures au travail et limiter les risques d'accident ou de maladie professionnelle.
- Prendre conscience des risques et savoir les analyser
- Participer à l'amélioration des conditions et de la qualité de vie au travail.

## PROGRAMME

### La prévention des risques liés à l'activité physique dans son entreprise ou son établissement

- Etre informé sur les accidents du travail, les maladies professionnelles ainsi que les préjudices humains et économiques pour l'entreprise
- Les bases des risques professionnels

### Analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain Afin d'identifier les différents atteints à la santé susceptibles d'être encourus

- Les éléments d'anatomie et physiologie de l'appareil locomoteur
- Les différentes pathologies
- Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé

### Entraînement aux gestes et postures

- Proposer des améliorations de sa situation de travail
- Se protéger en respectant les principes de sécurité et d'économie d'effort dans la manutention manuelle de charge
- Mettre en application sur le terrain

**Durée : 1 jour**

**7 heures**

**STAGIAIRES**

De 4 à 10 stagiaires

### MODALITES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Formation en présentiel  
Apports de connaissance  
Echanges interactifs avec les stagiaires

### MATERIEL PEDAGOGIQUE UTILISE

Charges fictives de manutention  
Carte du corps humain  
Vertèbre / disque

### MODALITES D'EVALUATION

Evaluation des acquis tout au long de la formation  
Délivrance d'une attestation individuelle de formation

### TARIF

**Tarif stagiaire :** 215.00€

**Tarif groupe :** Nous consulter

### EN SAVOIR PLUS

[www.msaservices-poitou.fr](http://www.msaservices-poitou.fr)

05 49 43 86 68

formation@msaservices-poitou.fr