



Secouristes Français

Croix Blanche

| COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE SEINE-SAINT-DENIS

GESTES ET POSTURES (G&P)

DESCRIPTIF

PRÉREQUIS :

- Aucun

PUBLIC :

- Tout public
- 10 à 12 candidats

DURÉE :

- 7 heures de face à face pédagogique (hors pauses)

DÉMARCHE PÉDAGOGIQUE :

- Alternance d'apports théoriques et de mises en situation
- Exercices et pratiques physiques
- Formation dispensée par 1 formateur diplômé SST ou PSE, avec les compétences Gestes et Postures

MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Moyens vidéo
- Matériels divers pour les exercices pratiques
- Un livret G&P est remis à chaque candidat

ÉVALUATION :

- Présence et participation tout au long de la formation

VALIDITÉ :

- Remise à niveau conseillée tous les 2 ans

Cette formation s'adresse à toute personne qui cherche à préserver sa santé au quotidien, dans son environnement de travail, en adoptant les bons gestes et en se positionnant correctement. Ceci quel que soit son activité et son secteur de travail.

OBJECTIF :

Garantir la santé du corps au quotidien, grâce à l'identification des risques liés aux gestes et aux postures, et à l'adoption des bonnes attitudes. Permettre à l'entreprise de répondre à ses obligations légales en matière de prévention.

PROGRAMME DE LA FORMATION :

- Connaître la réglementation.
- S'impliquer dans la prévention, comprendre les enjeux de la gestion des risques pour les salariés et l'entreprise.
- Reconnaître les risques de son métier et les effets induits.
- Mettre en place les actions de prévention pour réduire les accidents du travail.
- Notions d'anatomie et de biomécanique.
- Prévention des douleurs TMS (Troubles Musculosquelettiques).
- Adoption de gestes sûrs au quotidien.

COÛT DE LA FORMATION :

À partir de 60 € par personne.

Pour les personnes en situation de handicap, contactez notre Référent. Les sessions sont organisées en fonction de la demande. Pour vous inscrire, suivez le lien « inscription » sur notre site internet.