

GESTES ET POSTURES BOULANGER

OBJECTIFS DE LA FORMATION



- Étudier et prévenir les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail
- Étudier et appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail des métiers de la boulangerie
- Former les stagiaires à une gestuelle optimale et réflexe lors de leur activité
- Améliorer les conditions et la qualité de vie du travail
- Adopter une bonne hygiène de vie

PROGRAMME DE LA FORMATION



- Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies en France
- Notions d'anatomie et biomécanique et pathologies du travail
- Facteurs de risque :
 - position debout prolongée, piétinements, postures contraignantes
 - mouvements répétitifs
 - manipulation de charges lourdes et manutentions diverses / utilisation des machines et équipements / nettoyage des postes
- Étude des postes de travail (spécifique à l'activité concernée)
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Entraînement aux gestes corrects / Postures à adopter
- Conseil en aménagement de poste de travail (ergonomie, ambiance, équipement...)
- Gestes de la vie quotidienne : la santé ne s'arrête pas au travail
- Hygiène de vie
- Nutrition / lien avec la douleur

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Mise en situation des participants (Situations à Résolution de Problèmes)
- Pédagogie par l'action : le formateur utilise son expérience d'ostéopathe, spécialiste en biomécanique du rachis pour entraîner les participants aux différentes postures et donner les conseils adéquats.

QUALIFICATION DU FORMATEUR



Praticien Ostéopathe diplômé
Formateur spécialisé en gestes
et postures et/ou formateur PRAP



RECYCLAGE CONSEILLÉ
TOUS LES 2 ANS - 4H

Une obligation pour l'employeur
Décret 3 septembre 1992 – Art. R. 231-71 du
Code du Travail

NEO FORMA

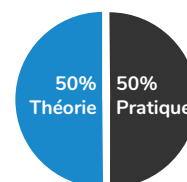


PUBLIC

Métiers de la boulangerie :
artisanales, laboratoires,
supermarchés, galeries
marchandes, industrielles...

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis



DURÉE

1 journée soit 7H
Effectif : 1 pers minimum
10 pers maximum



VALIDATION

Remise d'une attestation
individuelle de formation



DOCUMENTATION

Remise d'une brochure
spécifique gestes et
postures