

GESTES ET POSTURES CONDUITE

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 les principes d'ergonomie sur le poste de conduite
- Former les stagiaires à une gestuelle optimale et réflexe au poste de conduite et lors de la manipulation de charges inertes (chargement /déchargement)
- 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 et pathologies du travail
- Étude des postes de travail (positions de conduite et de manutentions)
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Entraînement aux gestes corrects et postures spécifiques aux longs trajets
- Ergonomie du poste de conduite
- Vigilance : prévenir la fatigue, la déconcentration et les mauvaises postures
- Hygiène de vie

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 entrainer 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 – Organisme de formation enregistré sous le numéro 11 91 07177 91 auprès de la préfecture d'Ile de France - Siège social : 14 place Moreau David, 94120 Fontenay-sous-Bois
www.neo-forma.fr – Tél : 01.82.39.08.30 – E-mail : contact@neo-forma.fr
R.C.S Créteil 791 297 120 - SIRET 791 297 120 00028 - Code APE : 8559A

NEO FORMA

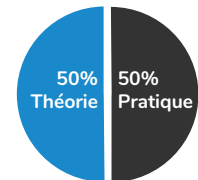


PUBLIC

Toute personne étant amenée dans le cadre de son activité à conduire régulièrement et à manipuler des charges (chauffeurs routiers, livreurs, taxis...)

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis



DURÉE

1/2 journée soit 4H

Effectif : 1 pers minimum
10 pers maximum



VALIDATION

Remise d'une attestation individuelle de formation



DOCUMENTATION

Remise d'une brochure spécifique gestes et postures