

Formation de référents ergonomiques Secteur TERTIAIRE

Organisme formateur : MSA d'ARMORIQUE, Service Santé au Travail

OBJECTIF

L'objectif de la formation est de permettre aux personnes en formation d'intégrer dans leur pratique gestuelle et posturale, les principes liés aux risques de troubles musculosquelettiques et d'être eux-mêmes acteurs de l'amélioration de leurs conditions de travail.

Les personnes formées au travail sur écran seront à même d'apporter des préconisations au poste de travail lors de diverses sollicitations (médecin du travail, CHSCT...).

Durée : 2 jours (9 h 00 – 12 h 30 / 13 h 30 – 17 h 00) à LANDERNEAU

PROGRAMME

Notions d'anatomie

- ✓ Descriptif de la colonne vertébrale et de ses pathologies liées aux postures et efforts de manutention
- ✓ Descriptif des articulations du membre supérieur et des pathologies liées aux postures et à la gestuelle.

L'ergonomie des postes de travail

- ✓ Adaptation des principes d'ergonomie et d'organisation du travail aux descriptifs des postes de travail définis par les personnes en formation

Les postures et techniques de manutention

- ✓ Apprentissage des techniques de manutention et postures adaptées aux situations de travail des personnes en formation

La gestion active du corps humain

- ✓ Les gestes qui préviennent : échauffement, étirements
- ✓ Les gestes qui soulagent

Cas pratiques

- ✓ Etude de poste sur site