

Acquérir les gestes et postures adaptés aux professionnels pour prévenir les troubles musculo-squelettiques

Objectifs :

- Appliquer des principes de prévention pour diminuer les atteintes physiques
- Connaître le fonctionnement de la mécanique humaine pour mieux adapter les situations de travail
- Cerner ses propres limites pour ne prendre aucun risque

Programme :

Le cadre général des risques professionnels

- Quelques définitions : activité physique, manutention, posture, troubles musculo-squelettiques
- Les enjeux directs et indirects, humains et financiers
- Les facteurs de risque : exposition, danger, déclencheur, dommages
- Les composantes de la charge de travail : charge mentale, charge physique, charge psychologique

La prévention

- Le cadre règlementaire de la prévention des risques
- L'intérêt de la prévention et de la remontée d'information en cas de risque
- Les grands principes de prévention des risques
- Les acteurs internes et externes de la prévention

Les gestes et postures adaptés aux professionnels : pratique et analyse de situations

- L'anatomie humaine, ses caractéristiques et les différentes atteintes possibles
- Les angles de confort et la démarche ergonomique
- La composition et l'analyse d'une situation de travail
- L'analyse d'un accident : les différents points de vue avec la méthode I-T-Ma-Mi
- Les pratiques permettant une réduction de l'effort

Mise en place d'un plan d'application des acquis de la formation

Bilan, évaluation des acquis de la formation et de la satisfaction des participants

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Co-construction des savoirs avec les participants afin d'ancrer plus durablement les acquis
- Regards croisés, analyse de situations vécues par les participants et de cas pratiques généralisés et anonymisés, issus du fonctionnement d'établissements médico-sociaux
- Réflexions individuelles et collectives
- Mutualisation de bonnes pratiques
- Mise en place d'un plan d'application individuel des acquis de la formation

Modalités d'évaluation

- Test de positionnement
- Suivi de la progression individuelle et collective tout au long de la formation
- Evaluation des acquis (tests, exercices, études de cas, mises en situation) avec remise d'une attestation des compétences acquises accompagnant le certificat de réalisation de la formation
- Evaluation de l'intégration des notions clés dans le cadre de l'écriture du plan d'application individuel des acquis de la formation

Profil du formateur : Formateur PRAP2S

Durée : 1 jour (7 heures)

Public : Tout professionnel d'un établissement

Prérequis : aucun

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Au-delà des lieux de formation inter qui sont accessibles aux personnes à mobilité réduite, nous nous engageons à rendre nos **formations accessibles à tous**, et à trouver la meilleure solution afin que chacun puisse en bénéficier.

Si vous êtes en situation de handicap, nous vous remercions de prendre contact avec **Clara SPEICHER, Directrice et Référente Handicap** à l'adresse clara.speicher@coimparo.fr

Nous ferons le point sur votre situation et sur les ajustements nécessaires pour suivre la formation dans les meilleures conditions.

Vous serez également accompagné/e tout au long de votre parcours de formation pour s'assurer que les ajustements et compensations mis en œuvre répondent bien à vos besoins.

Pour toute demande de mise en place de formation au sein de votre établissement, contacter notre équipe au 06 51 10 76 92 ou par mail à l'adresse contact@coimparo.fr

Co'Imparo s'engage à apporter une réponse personnalisée à vos demandes de devis et vos inscriptions dans un délai de 7 jours ouvrés maximum.

Délai moyen de mise en place de la formation suite à une demande : 1 mois (hors demande urgente).