



Objectifs

- Donner du sens à la sécurité posturale en intégrant les enjeux et risques associés
- Évaluer ses postures et son environnement de travail pour limiter les conséquences
- Agir en changeant ses comportements de manières systématiques et durables lors de situations définies.



Prérequis

- Ne présenter aucun contre-indication médicale
- Maîtriser les bases de la lecture et de l'écriture du français.



Méthodes pédagogiques

- Méthodes actives : Inspirées de différents jeux cadres de Thiagi, d'une diversité de supports interactifs. L'apprenant est placé dans des situations où l'apprentissage vient de lui et des interactions qu'il fait naître avec ses collaborateurs.



Personnes

Toute personne volontaire souhaitant se prévenir d'efforts physiques répétitifs ou non dans son activité professionnelle.



Modalités

- Lieu : intra-entreprise / Durée : 7 heures
 - Conditions d'accès au public en situation de handicap : adaptation des modalités de formation
 - Accès : sur signature de devis
 - Délais : selon le montage du projet
- > Tarif sur une base de 1200 € HT



Programme

- **Analyser et interpréter les enjeux liés à la gestion des Postures et Gestes professionnels**
 - Tout savoir sur les Troubles Musculo-Squelettiques
 - Identifier les différents facteurs à l'origine des Troubles Musculo-Squelettiques
 - Quizz sur les coûts directs et indirects des Troubles Musculo-Squelettiques
 - Méfaits directs et indirects des arrêts de travail en entreprise
- **Ancrer les origines corporelles associées aux postures de travail**
 - Notions élémentaires d'anatomie et de physiologie
 - Notions élémentaires de traumatologie
- **Développer un regard critique sur son environnement de travail**
 - Chasse aux causes de risques (matérielles, organisationnelles...)
 - Chasse aux postures à risques
 - Facteurs d'économies d'efforts
- **Mettre en pratique et s'observer**
 - Analyse plus spécifique de ses méthodes et de son poste de travail par le retour d'expérience
 - Application de sécurités et d'économies d'efforts
 - Mises en situations par des jeux de rôle dans un contexte transférable aux situations du quotidien
 - Observation de ses collègues pour affiner la prévention des risques et développer la bienveillance pour une sécurité collective.



Modalités d'évaluation

- Observation lors de mise en situation
- Sur la base des feuilles d'émargement un certificat de réalisation sera transmis aux participants en fin de formation.