

GESTES ET POSTURES

CHAUFFEURS - LIVREURS

Objectif Prévenir les accidents du travail par des gestes adaptés. Appliquer les principes de sécurité physique sur son poste de travail

Public Chauffeurs routiers – Livreurs – transporteurs... Toute personne amenée à conduire régulièrement et à manipuler des charges.

Pré-requis permis de conduire adapté

Sanction attestation

PROGRAMME

Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS)

Facteurs de risque et pathologies du travail

Étude des postes de travail

Positions de conduite

Postions pour la manutention

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

Nombreuses mises en situation

Questions – réponses



Durée : 0,5 journée – 3 heures 30

Méthodes & moyens pédagogiques

✓ Encadrement : intervenant pédagogue, spécialisé en formation gestes et postures.

✓ Consitution de petits groupe : 5 maximum

✓ Moyens pédagogiques
Ordinateur portable
Vidéoprojecteur
Mises en situation dans environnement de travail

✓ Livrets pédagogiques

L'entreprise devra mettre à disposition :

Une salle claire et spacieuse pour l'accueil du groupe

Prévoir un accès à l'environnement de travail

✓ Les participants devront être équipés de leur E.P.I.