

## GESTES ET POSTURES

### CHAUFFEURS - LIVREURS

<u>Objectif</u>	Prévenir les accidents du travail par des gestes adaptés. Appliquer les principes de sécurité physique sur son poste de travail
<u>Public</u>	Chauffeurs routiers – Livreurs – Taxis – transporteurs...
<u>Pré-requis</u>	permis de conduire adapté
<u>Sanction</u>	attestation

#### PROGRAMME

##### Apports théoriques

Techniques gestuelles

Notions d'anatomie et de physiologie

Mise en évidence des risques potentiels d'accidents :

Osseux

Musculaires

Articulaires

##### Le verrouillage lombaire

##### Les postures invariantes

##### Techniques gestuelles

##### Quelles sont les particularité du métier de chauffeur ?

Vigilance sur la route :

Problème de concentration

Les risques de fatigue

Les risques de mauvaises postures

Les longs trajets : postures spécifiques

Ergonomie du poste de conduite

##### Suggestion sur d'éventuels aménagements

##### Analyse des accidents de travail liés à la manutention :

Chargement

Déchargement

Manipulation

Conseils

##### Questions - réponses



Durée : 1 journée – 7 heures

#### Méthodes, moyens pédagogiques

- ✓ Animateur PRAP
- ✓ Moyens pédagogiques  
Ordinateur portable  
Vidéoprojecteur  
Mises en situation dans environnement de travail  
Livret Ediser
- ✓ Nombreuses mises en situation
- ✓ Nombreux échanges
- ✓ Modalités d'évaluation des acquis  
Evaluation des savoir-faire par des mises en situation