

LMA est un organisme de formation spécialisé dans les métiers de la prévention santé sécurité au travail

Équipe pédagogique

Formateur expert sur les risques liés aux gestes et postures

Diplôme/Validation

Remise d'une attestation de formation

Durée

7 heures

Conditions d'accès

Accès à cette formation à l'initiative d'une entreprise pour ses salariés, d'un financeur, d'un particulier à son propre compte

Délai d'accès

15 jours avant le démarrage de la session

Prérequis

Aucun

Tarif

Devis sur demande

Nombre de places

15

Financement

OPCO, plan de formation de l'entreprise, autofinancement.

Lieu de formation

LMA - 9 Rue Pierre Kichenapanaidou
ZA Vadivel Vayaboury - 97410 Saint
Pierre NDA : 98973060297
(Préfecture de la Réunion) N°UAI :
9741843K

Formation gestes et postures

Objectifs

- Comprendre et prévenir les risques physiques
- Apprendre les gestes et postures sécuritaires
- Prévenir accidents et TMS
- Pratiquer échauffement et renforcement
- Optimiser le poste de travail
- Utiliser les équipements de manutention
- Adapter les gestes aux spécificités métiers

Programme

Partie théorique :

- Introduction à la prévention des risques physiques
- Principes de base des gestes et postures
- Ergonomie et aménagement du poste de travail
- Prévention des TMS (Troubles Musculo-Squelettiques)

Partie mise en pratique :

- Observation et analyse des situations de travail
- Ateliers pratiques liés au métiers
- Exercices de mise en situation
- Évaluation et feedback

Public

- Salarié
- Particulier

♿ Pour les personnes en situation de handicap, un accompagnement spécifique peut-être engagé avec l'Agefiph pour faciliter leur parcours.

Méthodes mobilisées

Apprentissage en pédagogie active. Cette formation alterne des apports théoriques et pratiques en centre de formation

Modalités d'évaluation

- Feuille de présence
- Évaluation théorique et mise en situation
- Questionnaire de satisfaction à chaud
- Attestation de fin de formation

Contact

Marie Stéphanie Leveneur

Référente pédagogique handicap et mobilité
contact@lmacademie.re

0262 860 218 • 0693 330 896



www.lmacademie.re

