



GP CHAUFFEURS

SENSIBILISATION GESTES ET POSTURES POUR LES CHAUFFEURS

PUBLIC VISÉ

Chauffeurs souhaitant acquérir les bonnes pratiques en termes de gestes et postures

PRÉ-REQUIS

Aucun

DURÉE

2 heures

NOMBRE DE PARTICIPANTS

12 maximum

LIEU

Dans vos locaux

OBJECTIFS

- Acquérir les connaissances nécessaires à l'optimisation d'un poste de conduite et à la manipulation en sécurité d'un transpalette manuel

Moyens pédagogiques

- Démonstrations, apprentissages des gestes et conduites à tenir
- Applications sous forme de mises en situations de travail

Moyens techniques

- Ordinateur
- Vidéoprojecteur
- Matériel mis à disposition

Moyens d'encadrement

- Formateurs en Gestes et postures au travail

MODALITÉS DE SUIVI DE L'EXÉCUTION DU PROGRAMME ET D'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

- Feuille d'émergence
- Évaluation de la satisfaction des stagiaires en fin de formation
- Attestation de suivi de formation



GP CHAUFFEURS

SENSIBILISATION GESTES ET POSTURES POUR LES CHAUFFEURS

PROGRAMME

SEQUENCE 1 : PRÉSENTATION DE LA FORMATION

- Présentation et objectifs

SEQUENCE 2 : ANATOMIE ET ATTEINTES

- L'anatomie et fonctionnement du corps humain
- Les atteintes de la colonne, des articulations et des liaisons interosseuses

SEQUENCE 3 : RECHERCHE DE SOLUTIONS

- Principes fondamentaux de la manutention de charges
- Réglage du poste de conduite d'un véhicule poids lourds

SEQUENCE 4 : MISE EN APPLICATION

- Le réveil musculaire
- Accès et réglages au poste de conduite
- Manipulations de charges avec et sans aides mécaniques