PROGRAMME DE FORMATION

FORMACODE : **31776**

ECHAUFFEMENT AU POSTE DE TRAVAIL

DURÉE DE LA FORMATION	3.5 heures	**NOMBRE MINI / MAXI**	1 stagiaire / 10 stagiaires
OBJECTIF PÉDAGOGIQUE	A l'issue de la formation, vous serez capable d'intégrer une prévention active des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) avec la mise en place au poste de travail d'échauffements et d'exercices de soulagement articulaire et musculaire.		
PUBLIC CONCERNÉ	Toute personne ayant à réaliser du port de charges en manutention manuelle pour son activité professionnelle		
PRÉREQUIS NÉCESSAIRES	Parler français (ou présence d'un traducteur)		
PROGRAMME PÉDAGOGIQUE	• La réglementation • L'analyse des risques & les consignes de sécurité • Les accidents du travail et la maladie professionnelle • Les mesures générales de prévention • Des notions d'anatomie et de physiologie appliquées • La colonne vertébrale & les risques dorso-lombaires • L'aménagement du poste de travail • Les postures de travail • Le principe de l'économie d'effort • La manipulation de charges & des bonnes pratiques • Exercices d'échauffement et d'étirement au poste de travail		
EQUIPE PÉDAGOGIQUE	Formée en prévention & Expérimentée dans le domaine		
TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES	Cours théoriques – Études de cas – Exercices participatifs – Cas pratiques		
OUTILS PÉDAGOGIQUES	Ordinateur & Vidéoprojecteur – Documents, Photos & Vidéos – Paperboard		
ÉQUIPEMENTS DES STAGIAIRES	/		
MODALITÉS DE SUIVI D'EXÉCUTION, D'APPRÉCIATION, D'ÉVALUATION, & DE SATISFACTION	Émargement des participants par demi-journée Evaluation des acquis théoriques& pratiques tout au long de la formation Contrôle des connaissances par QCM en fin de formation Évaluation de la satisfaction des stagiaires en fin de formation		
FORMATION CERTIFIANTE	NON – Attestation de formation individuelle		
NATURE DE L'ACTION	Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des compétences		
MODALITÉS DE FINANCEMENT	Entreprise – Compte Personnel de Formation (CPF) – OPCO		
TARIFS	**NOUS CONTACTER – 06 23 10 02 34 – contact@fpas.fr – www.fpas.fr**		
EN CAS DE BESOIN / QUESTION	F.P.A.S reste à votre disposition pour toute question éventuelle		

Pour les personnes en situation de handicap, en difficulté d'apprentissage ou en cas de singularité,
Contacter F.P.A.S. pour l'étude au cas par cas de l'aménagement et l'adaptation de la formation.