



Programme de formation DEFU-06 - Gestes et Postures / Gestes d'Urgence

Durée : 7 heures - 1 jour

Tarif : 0,00 €

Votre Contact

Inès LE BRETON – Tel : +33181727187 – Mail : ilebreton@afortech.com

Enjeux

Réduire les risques de troubles musculo-squelettiques (TMS) des collaborateurs.
Respecter les obligations légales et renforcer la culture de sécurité au travail.
Répondre aux obligations du Code du travail, art. R231-71.

Objectifs de la formation

Acquérir des postures de travail correctes. Acquérir une compétence gestuelle maximale dans la manutention de charges inertes. Initier aux techniques d'entretien corporel.

Savoir alerter et intervenir efficacement en cas d'urgence.
Appliquer les gestes de premiers secours adaptés à la situation.

Public visé

Toute personne qui manipule ou porte des charges, quel que soit leur poids.

Prérequis

Aucun.

Matériel nécessaire

Description

- Protection pour éviter le suraccident
- Examen de la victime
- Alerte des services de secours
- Découverte de la colonne vertébrale : fonctionnement, causes et conséquences des douleurs dorsales.
- Identification des bonnes et mauvaises postures au travail.

L'organisme de formation continue des équipements techniques du bâtiment

 Réglementaires - Obligatoires  Techniques Métiers  Management d'affaires et d'équipes  Transition énergétique et numérique

Retrouvez l'ensemble des formations sur www.afortech.com

10 rue du Débarcadère 75852 Paris Cedex 17 - Tél. 01 40 55 14 14 - Fax : 01 40 55 14 15 - N°Siret : 434 505 921 00016 - Code NAF : 9499Z

Certifié
QUALIOPI



- Facteurs aggravants : gestes répétitifs, fatigue, mauvaises postures, activités physiques inadaptées.
- Présentation des lésions les plus fréquentes :
 - ☒ Atteintes du disque intervertébral
 - ☒ Astreintes musculaires, tendineuses et ligamentaires
 - ☒ Lésions dues à l'hyper-sollicitation des membres supérieurs et inférieurs
- Savoir agir face à une victime :
 - ☒ qui saigne abondamment (plaie, blessure, coupure)
 - ☒ qui s'étouffe (adulte, enfant, nourrisson – obstruction partielle ou totale)
 - ☒ qui ne répond pas mais respire (identification et mise en Position Latérale de Sécurité - PLS)
 - ☒ qui ne répond pas et ne respire pas (identification, massage cardiaque, utilisation d'un défibrillateur automatisé externe - DAE) Mise en pratique :
 - Exercices pratiques de port de charges de formes, volumes et poids différents.
 - Exercices pratiques en situation réelle : manutention seul ou à deux, port de matériel lourd, opérations de chargement et déchargement.

Modalités pédagogiques

Apports théoriques : supports de cours.

Apports pratiques : mises en situation d'opérations courantes, interactivité, échanges entre participants.

Modalités d'évaluation et de suivi

Évaluation continue durant la formation, Mise en situation de port de charge.

Profil du formateur

Formation encadrée par un sapeur pompier.

Informations complémentaires

Les plus

Formation qui s'adapte à l'environnement du personnel concerné.

Prochaines sessions

L'organisme de formation continue des équipements techniques du bâtiment

● Réglementaires - Obligatoires ● Techniques Métiers ● Management d'affaires et d'équipes ● Transition énergétique et numérique

Retrouvez l'ensemble des formations sur www.afortech.com

10 rue du Débarcadère 75852 Paris Cedex 17 - Tél. 01 40 55 14 14 - Fax : 01 40 55 14 15 - N°Siret : 434 505 921 00016 - Code NAF : 9499Z

Certifié
QUALIOPI

