

# FORMATION GESTES ET POSTURES

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## PUBLIC

Tout salarié de l'entreprise

## DURÉE

2 jours soit 14 heures de formation

## ORGANISATION

De 4 à 10 stagiaires

## INTERVENANTS

Référent de la formation : Marielle PAGANO

Formateurs professionnels certifiés par l'INRS et spécialistes en prévention des risques professionnels

## ÉVALUATION

Positionnement d'entrée et de sortie de formation pour validation des compétences acquises. de la formation, Délivrance d'un certificat de fin de formation. Évaluation à chaud et à froid.

## HANDICAP

Les salles sont conformes aux normes en vigueur, notamment pour les personnes en situation de handicap. Toute situation spécifique fera l'objet d'une étude afin d'adapter les méthodes & modalités pédagogiques.

## LE + DE LA FORMATION

80% pratique 20% théorique.

Conception sur mesure et adaptation à l'activité réelle de chaque entreprise

Échanges où les apports théoriques sont confrontés aux réalités du terrain et aux expériences vécues par les participants.

## OBJECTIFS

Identifier les risques liés à l'activité physique et proposer des améliorations susceptibles de les réduire.

Connaître et appliquer les PSPEE

## COMPÉTENCES VISÉES

- Connaître les risques de son métier et l'intérêt de la prévention
- Connaître le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Identifier les éléments déterminant des gestes et postures de travail
- Appliquer les PSPEE

## PÉDAGOGIE

Recueil des attentes préformation. Pédagogie ludique et applicative, expérimentations pratiques, jeux de rôles, applications concrètes.

## PROGRAMME

### Jour 1

#### Séquence 1

- Comprendre l'intérêt de la prévention (les différents enjeux pour l'entreprise ou l'établissement, l'intérêt de la démarche de prévention, les différents acteurs de la prévention et leurs rôles)
- Connaître les risques de son métier (les différentes notions de base en prévention, les principaux risques de son métier et les effets sur la santé, repérage des situations de travail susceptibles de nuire à sa santé)

#### Séquence 2

- Caractériser les dommages potentiels liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain (le fonctionnement du corps humain, les limites du corps humain, les différentes atteintes à la santé)
- Connaître la prévention des TMS

### Jour 2

#### Séquence 3

- Connaître les déterminants de l'activité de travail
- Comprendre les principes d'aménagement des lieux de travail
- Comprendre les PSPEE

#### Séquence 4

- Appliquer les PSPEE en situation de travail
- Connaître les différents auxiliaires de manutention

- Bilan de la formation