

---

# Programme de Formation

---

## Gestes et postures

---

### Organisation

---

**Durée :** 7 heures

**Mode d'organisation :** Présentiel

**Nombre de participants :** minium : 4 / maximum : 12

---

### Contenu pédagogique

---

#### **Public visé**

Cette formation est ouverte à tous les salariés.



#### **Objectifs pédagogiques**

La formation gestes et postures de manutention a pour objectifs de sensibiliser les salariés aux risques liés à la manutention et d'enseigner les bonnes techniques pour prévenir les blessures. Elle développe également des compétences pratiques pour identifier les situations dangereuses à travers des exercices adaptés.

Les participants apprendront à appliquer des principes d'ergonomie, améliorant ainsi leurs conditions de travail et contribuant à la prévention des risques professionnels. En maîtrisant ces gestes, ils préserveront leur santé et augmenteront leur productivité.

Cette formation s'inscrit dans une démarche de sensibilisation à la santé au travail, visant à instaurer une culture de sécurité en entreprise.



#### **Description**

Cette formation en présentiel de 7h00 sur les gestes et postures de manutention améliore les conditions de travail des salariés. Elle combine théorie et pratique pour enseigner des gestes appropriés et sécuritaires afin de réduire les risques de blessures.

##### 1. Théorique 40%

- Les chiffres clés des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle
- Le coût des TMS et ses enjeux
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- Les facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique

##### 2. Pratique 60 %

- Exercices pratiques sur les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Exercices avec échanges sur le poste de travail des stagiaires

La formation vise à donner aux salariés des automatismes bénéfiques pour leur bien-être et leur



productivité, en leur permettant d'identifier les situations dangereuses et d'adopter des comportements sécuritaires.



### **Prérequis**

Aucune condition préalable n'est requise pour cette formation, accessible à tous les salariés. Cela favorise une culture de sécurité et permet à chacun de prendre soin de sa santé.



### **Modalités pédagogiques**

La formation adopte une approche pédagogique variée pour offrir une expérience d'apprentissage engageante. Elle inclut des exposés interactifs, des PowerPoint et des vidéos pédagogiques, facilitant la compréhension. Les stagiaires participeront à des mises en situation et études de cas pour appliquer les connaissances acquises.

Les modalités de la formation sont adaptées aux besoins spécifiques de chaque entreprise, permettant une contextualisation optimale des apprentissages.



### **Moyens et supports pédagogiques**

Les supports pédagogiques de cette formation sont variés et adaptés aux objectifs d'apprentissage. Ils comprennent des projections PowerPoint, des PaperBoards pour les échanges en groupe, et des vidéos illustrant les bonnes pratiques. Ces ressources facilitent la compréhension des concepts par les stagiaires.

Les exercices pratiques sont directement applicables aux situations de travail, renforçant ainsi l'efficacité de la formation.



### **Modalités d'évaluation et de suivi**

Les modalités d'évaluation incluent des mises en situation pratiques pour vérifier l'application des gestes et postures. Un formulaire sera fourni pour recueillir des retours sur la qualité de l'enseignement.

A la fin, une attestation de formation sera délivrée, attestant de la participation et des compétences acquises.



### **Informations sur l'admission**

Pour s'inscrire à cette formation, contactez l'organisme via les coordonnées fournies. Prévoyez un délai de trois mois pour sa mise en œuvre et planifiez en conséquence pour la participation des salariés.



### **Informations sur l'accessibilité**

Nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap. Pour tout besoin d'adaptation pédagogique ou matérielle, contactez notre référente handicap Marie GAUDET : marie.gaudet@vyv-ambulance.com - 05 55 88 29 28. Nous vous invitons à nous contacter au plus tard 15 jours avant la session afin d'organiser les aménagements nécessaires.