



# Gestes et postures

 Minimum 3h30

 Formation en présentiel

 Accessibilité aux personnes handicapées

Prix sur **demande**

 **Prérequis**  
Aucun.

 **Le public**  
Personnel appelé au transport manuel ou aux opérations de manipulation au poste de travail.  
Être reconnu apte après la visite médicale auprès du médecin du travail.

## À propos de la formation

### Objectifs

Être capable d'adapter les principes d'un comportement physique rationnel aux réalités du travail pour diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles.

### Modalités et délais d'accès

Avoir satisfait aux prérequis.

14 jours à compter de la demande de renseignement du bénéficiaire, sous réserve d'avoir une réponse favorable du financeur et sous réserve de disponibilité.

### Moyens humains

Enseignant qualifié, animateur en formation gestes et postures.

Personne en charge des relations avec le stagiaire.

### Méthode et moyens pédagogiques

Méthodes actives adaptées à la formation des adultes.

Salles de cours équipées de moyens multimédias.

Hall avec aire d'évolution ainsi que divers matériels et charges de travail.

Fourniture de supports pédagogiques spécifiques.

Supports pédagogiques remis aux stagiaires : nous contacter.

### Sanction visée

Attestation de fin de formation.

Formation non éligible au CPF.

### Modalités de suivi et d'évaluation des acquis

L'assiduité des stagiaires est attestée par signature par demi-journée et contresignée par le formateur.

• Évaluation continue

Une évaluation de satisfaction est réalisée avant l'examen.

## Programme

### Théorie :

- Les statistiques d'accidents du travail et des maladies professionnelles
- Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie
- L'activité musculaire
- Le processus accidentel
- La prévention des accidents du travail
- Projection du film « Vues de dos »

### Pratique :

- Soulèvement de caisses vides et pleines
- Soulèvement de bouteilles de gaz
- Prise d'échelle
- Prise d'objets à deux
- Soulèvement de charges
- Manipulation de fûts