



## Formation aux gestes et postures

Le code du travail prescrit la nécessité d'une formation pratique sur les gestes et postures. Cette formation est accessible à toute personne soulevant ou déplaçant des charges.

### Prérequis

- Comprendre le français
- Savoir lire

**Durée:** 7.00 heures (1.00 jours)

### Profils des stagiaires

- Personnel de bureau
- Personnel d'atelier
- Technicien, etc

### Modalités et délais d'accès :

Formation présentielle

Délais d'accès : nous contacter pour programmer une formation en INTRA

**Effectifs max 8 et mini 2**

**Tarifs : intra 650.00 € HT**

### Méthodes mobilisées, modalités d'évaluation, moyens pédagogiques et techniques

- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Questions orales
- Mises en situation
- Quizz en salle avec dispositif klaxoon
- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation
- Documents supports de formation projetés
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation
- Feuilles de présence
- Formulaires d'évaluation de la formation

### Accessibilité personnes handicapées :

Nous contacter au préalable pour co-construire des solutions adaptées, dans la mesure des ressources disponibles

### Moyens humains

SPAETH Laurent : Formateur depuis 2002 dans les domaines de l'électrotechnique ( D.U.T. GEII obtenu en 1993, Certificat d'instrumentiste obtenu en 2002).

### Objectifs pédagogiques

- Sensibiliser à l'application des principes de base de sécurité physique.
- Savoir-faire les bons gestes
- Connaître les bonnes postures

### Contenu de la formation

- Présentation
- Accidents du travail
  - Définir et comprendre l'apparition d'un dommage
  - Utiliser les statistiques
  - Connaître les différents coûts
- Présentation de la morphologie du corps humain
  - Connaître le corps humain
- Les différentes pathologie
  - Savoir identifier un lumbago, sciatique, hernie discale, ...
  - Différencier une entorse d'une élongation
- Etude des principes de sécurité physique à adopter
  - Connaître les principes de sécurité physique
  - Réaliser les gestes
- Action de terrain