



## PRÉSENTATION DE LA FORMATION

---

Responsable pédagogique : M. Arnaud SEBAG Durée de la formation : 7h  
Prochaine session : (voir devis) Effectif : 10 participants maximum  
Délai d'accès : 2 semaines environ

## PUBLIC CONCERNÉ

---

Tous les salariés ayant une activité nécessitant la manutention d'objets lourds ou encombrants afin de limiter le risque de blessures ou de maladies professionnelles (Art R.231-71 du code du travail). Absence de contre-indication au port des charges

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

---

- Appréhender la notion de gestes et postures au travail, prendre conscience des risques et savoir les analyser
- Appliquer les bons gestes et les bonnes postures à son poste de travail pour limiter tout risque d'accident ou de maladie professionnelle
- Participer à l'amélioration des conditions et de la qualité de vie au travail

## PROGRAMME DE LA FORMATION

---

- Prendre conscience des risques liés à leur activité physique à partir d'une analyse rapide des situations de travail
- Comprendre comment ces risques apparaissent (identification de situations de travail potentiellement génératrices de TMS : manutention/manipulation de charges ; travail sur écran, etc...)
- Maîtriser les principes de sécurité physique et d'économie d'effort et savoir les appliquer

## METHODE ET MOYENS PEDAGOGIQUES

---

### METHODES

Exposés, travaux en sous-groupe, témoignages, discussions collectives  
Remise de documents pédagogiques  
Bilan, évaluation et préconisations

### MOYENS

Paperboard, tableau effaçable, feutres

## VERIFICATION DES ACQUIS ET VALIDATION

---

Evaluation théorique sous forme de QCM pendant la formation  
Remise d'une brochure spécifique Gestes et Postures  
Délivrance d'une attestation de formation



**Formeo 13– Enregistrement 93.13.12486.13 - SIRET 910 895 259 00026 - APE8559 A**

**AUTORISATION CNAPS : FOR-013-2023-10-03-20180667173 - MJ V102018**

**« L'autorisation d'exercice ne confère aucune prérogative de puissance publique à l'entreprise ou aux personnes qui en bénéficient. »**