

## MÉTIERS

### GESTES ET POSTURES ET PREVENTION DES TMS

**PRÉSENTATION** | Cette formation a pour objectif de faire connaître aux stagiaires les conséquences de l'activité professionnelle sur le bien-être physique et de s'y préparer

<b>OBJECTIFS</b>	À l'issue de la session, les stagiaires seront capables de : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître les conséquences de l'activité professionnelle sur son corps humain</li> <li>• Savoir en tirer les conséquences pour adopter les bons gestes</li> </ul>
<b>PRÉ-REQUIS</b>	Aucun
<b>PROGRAMME</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'intérêt de la prévention en entreprise</li> <li>• Anatomie, physiologie et pathologie</li> <li>• Les conséquences sur le corps humain</li> <li>• Les TMS : les causes possibles</li> <li>• Les 6 principes de sécurité physiques et d'économie d'effort</li> <li>• Phases applicatives au poste de travail</li> <li>• Les aides techniques à la manutention des charges</li> </ul>
<b>PUBLIC</b>	Personnes exerçant des manutentions manuelles de charges dans son travail
<b>INTERVENANT</b>	Formateur certifié PRAP
<b>RESPONSABLE DE FORMATION</b>	Jonathan THEVENET
<b>MODALITÉS &amp; MOYENS PÉDAGOGIQUES</b>	<p><u>Moyens pédagogiques :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retours et partage d'expériences,</li> <li>• Mise en situation collective et individuelle</li> <li>• Vidéo et support de cours</li> </ul> <p><u>Moyens techniques :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vidéoprojecteur</li> <li>• Matériels pour cas concret</li> <li>• Outils pédagogiques pour les exercices de groupes</li> </ul>
<b>VALIDATION</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Remise d'attestation de fin de formation</li> </ul>
<b>INFORMATIONS DIVERSES</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Formation essentiellement à caractère pratique, qui répond aux obligations réglementaires de l'employeur sur la formation des collaborateurs aux ports de charges (ART.4541-8 du Code Du Travail)</li> <li>• Formation accessible aux personnes en situation de handicap</li> </ul>
<b>DURÉE</b>	1 jour soit 7 heures de formation
<b>LIEU &amp; DATE</b>	A déterminer

**COÛTS ET  
MODALITÉS**

Pour connaître toutes les conditions d'accessibilité (**y compris pour les personnes en situation de handicap**), les délais d'accès et le prix de chacune de nos formations : nous contacter.