

GESTES ET POSTURES - MANUTENTION

OBJECTIF DE LA FORMATION

La formation Gestes & Postures – Manutention propose une approche complète de la prévention des troubles musculosquelettiques (TMS) en milieu professionnel.

PROGRAMME

LES ENJEUX DE LA PRÉVENTION DES TMS

L'ANATOMIE DE L'APPAREIL LOCOMOTEUR

LES DIFFÉRENTES ATTEINTES

LES FACTEURS DE RISQUES

PRINCIPES DE SÉCURITÉ PHYSIQUE ET D'ÉCONOMIE D'EFFORT

FORMATION OBLIGATOIRE
Article de référence : Article R4541-8 Code du travail
Public concerné : Les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles

DURÉE
Formation gestes & Posture à la manutention : 7 heures (1 jour)
Sensibilisation à la manutention : 3 heures (0,5 jour)

PUBLIC
Cette formation s'adresse aux salariés et agents amenés à manutention,er des charges dans le cadre de leur activité professionnelle.

PRÉ-REQUIS
Aucun

MODALITÉ
Présentiel

INDICATEURS DE RÉSULTATS
Taux de satisfaction : En cours de consolidation
Indicateurs calculés sur les 24 derniers mois.

TARIFS
INTRA — **De 1 à 10 participants**

Formation gestes & Posture à la manutention - À partir de 600 € net de taxe
Sensibilisation à la manutention - À partir de 400 € net de taxe



MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Une formation pratique pour limiter les efforts inutiles et mieux prévenir les contraintes physiques au travail. Les démonstrations et exercices s’appuient sur les manutentions rencontrées par les participants. Chacun apprend à analyser la situation, à utiliser les aides disponibles et à adapter ses gestes, tout en identifiant des améliorations du poste et de l’organisation.

MODALITÉ D'ÉVALUATION

- Les acquis sont évalués par des questions et des mises en situation : analyse de la manutention, choix des moyens et réalisation des gestes. Des conseils personnalisés accompagnent la progression. La participation est suivie par émargement et une attestation de formation est délivrée.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Des objets, charges et aides à la manutention adaptés aux activités permettent de travailler sur des situations concrètes. Un support dématérialisé et des guides pratiques sont remis pour retrouver les principes essentiels et faciliter leur application au quotidien.

MODALITÉ DE SANCTION

- Attestation de formation

PROFIL DU FORMATEUR

- Un intervenant expérimenté en prévention des risques liés à l’activité physique et en analyse des situations de travail. Il privilégie des conseils réalistes, adaptés aux contraintes des métiers, aux équipements et aux possibilités d’amélioration.

DÉLAIS D'ACCÈS

- Intra : Le délai de réponse à la demande de devis est de 48 heures après prise de contact. Un délai d'au moins 15 jours est nécessaire pour organiser la formation.

RECYCLAGE ET VALIDITÉ

- Durée de validité : 24 mois

ACCESSIBILITÉ ET ACCÈS HANDICAP

- En cas de besoin spécifique ou d'obstacle identifié, il est possible de contacter le référent handicap et inclusion à l'adresse suivante : inclusion@ldformationconseil.com.