

## DATA-EVO

11 avenue De la Baltique  
91140 Villebon- sur-Yvette  
Email : data-evo@hotmail.com  
Tel : +33615981524



# GESTES ET POSTURES

## Version 2024/2025

*Des formations destinées au personnel de votre entreprise afin de mettre en place les bons gestes en situation de travail.*

**Durée:** 7.00 heures (1.00 jours)

### Profils des apprenants

- salariés

### Prérequis

- aucun

### Accessibilité

Nous vous invitons à contacter notre responsable pédagogique et référente handicap Mme Ouahida SZARATA pour évaluer notre capacité à vous accueillir au sein de notre structure : Tél 06.51.37.59.74 - mail data-evo@hotmail.com

### Délais d'accès

2 semaines

### Qualité et indicateurs de résultats

- Nombre de stagiaires
- Taux de satisfaction
- Nombre abandon

## Objectifs pédagogiques

- Analyser et repérer dans son poste de travail les gestes et postures sources de troubles musculosquelettiques
- Appliquez le principe de sécurité physique et d'économie des fonds en fonction de la situation
- Mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés et sécurisants

## Contenu de la formation

### Introduction

- Présentation du centre de formation
- Présentation de l'équipe pédagogique
- Présentation de la formation
- Modalités pratiques
- Tour de table

### Les accidents du travail et les maladies professionnelles

- Définition, statistique, enjeu humain et financier
- Obligations réglementaires, les responsabilités de l'employeur

## DATA-EVO

11 avenue De la Baltique  
91140 Villebon- sur-Yvette  
Email : data-evo@hotmail.com  
Tel : +33615981524



### Notion d'anatomie, physiologie et pathologie

- Les troubles musculo-squelettiques
- Les conséquences sur la santé
- Les principes de base de sécurité physique et d'économie de force dans la manutention manuelle de charge

### La prévention des risques

- Analyser son poste de travail et identifier ce qui est répétitif
- Les facteurs d'usure et de fatigue
- Comment appliquer les principes de sécurité physique
- Les principes généraux de prévention

### Les principes de base de la manutention

- Les techniques de levée portées de charge
- Les principes d'aménagement des postes de travail
- Les différents gestes et postures sur le poste de travail

## Organisation de la formation

### Équipe pédagogique

Notre formateur est expert en prévention des risques en entreprise dans le domaine de la santé et de la sécurité physique.

Ses missions : Permettre aux collaborateurs de connaître les risques liés à l'activité professionnelle qu'ils exercent (lombaires, articulaires, musculaires...)

### Moyens pédagogiques et techniques

- Book de formation.
- Exposés théoriques (powerpoint)
- Mises en situation
- Démonstrations du formateur
- Quizz
- Livret d'accueil des apprenants
- Vidéo projecteur, Écran, Paper board , crayons
- Feuilles de présence.

### Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Mises en situation
- Port des Équipements de Protection Individuelle
- Recherche du geste ou de la position de sécurité pour l'exécution des manutentions
- Organisation des manutentions
- Utilisation de matériels auxiliaires de manutention

Prix : 291.67 HT