



FORMATEUR GESTES ET POSTURES

RÉF. GP/F/FI/2021/V1



Lieu



Tarif

920 €HT
Sur devis



Durée
5 jours



Prérequis

Compétences de formateur
Attestation de réussite du parcours d'autoformation @01001* de l'INRS



Effectif

2 à 10 participants



Public

Formateurs d'entreprises ou d'organismes de formation, certains professionnels de santé



Référent pédagogique

Marie Bera / Directrice
Formatrice en
Prévention des
Risques Professionnels,
habilitée par l'INRS
06 88 81 29 05
marie.bera@prev-it.com

Objectifs

- Être capable de concevoir et animer une formation de gestes et postures en s'adaptant au contexte de l'entreprise.
- Sensibiliser des salariés à l'évaluation des risques liés à la manipulation, au transport manuel, aux gestes répétitifs et aux postures de travail en s'adaptant.
- Permettre aux salariés de faire le lien entre les connaissances anatomiques et physiologiques du corps humain et les atteintes à la santé.
- Transmettre les gestes, positions efficaces, principes de sécurité physique et d'économie d'efforts pour se préserver selon le secteur d'activité.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

- Exposés pédagogiques, échanges sur le vécu, mises en situation, documentation remise au stagiaire.
- Diaporama projeté, paperboard, tableau blanc, films vidéos, exercices pratiques, jeux.
- Maquettes d'éléments anatomiques et matériel de simulation de port de charges.
- Organisme de formation habilité PRAP IBC niveau 2 par le réseau prévention de l'Assurance Maladie-Risques Professionnels/ INRS disposant d'un formateur de formateurs PRAP IBC certifié par l'INRS.

Évaluation et validation

- La présence du stagiaire sur l'intégralité de la formation est un point incontournable pour la validation de sa formation.
- Réussite à l'épreuve mise en place par le formateur de formateurs : animation d'une séquence de formation.
- Remise d'une attestation individuelle de fin de formation.

* Attestation de réussite du parcours d'autoformation @01001 « Acquérir des bases en prévention des risques professionnels » ou de suivi de la formation « Obtenir des compétences de base en prévention » faite par les services prévention des caisses régionales de Sécurité sociale.

Facultatif mais conseillé :

- Savoir utiliser un logiciel de traitement de texte ainsi qu'un logiciel de présentation.
- Participer préalablement à la formation d'acteur PRAP.



Déficience motrice



Déficience motrice (manipulation)



Allergies



Maladies invalidantes



Maladies cardio-vasculaires



Déficience auditive



Déficience visuelle



Personne à mobilité réduite

Prenez contact avec le responsable pédagogique de l'organisme de formation qui étudiera votre situation et les possibilités d'accessibilité.

Contenu



Présentation de la formation : participants et attentes, objectifs, programme et organisation.

La réglementation

- Code du travail.
- Normes.

Évaluation des risques

- Le mécanisme d'apparition du dommage lié à l'activité physique dans sa profession.

Le corps humain

- Structure musculaire et squelettique, anatomie et pathologies.
- Le dos : lumbago, sciatique, hernie discale.
- Troubles musculo-squelettiques :
 - Les conséquences des hyper-sollicitations des articulations.
 - Les différents facteurs de risques : Caractéristiques environnementales, biomécaniques, individuelles et psychosociales.
- Ingénierie pédagogique de la séquence.

Sécurité physique et économies d'effort

- Exercices d'échauffement musculaire.
- Analyse des postes de travail et évaluation des risques : repérer dans les métiers rencontrés, les situations de travail susceptibles de nuire à la santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts.
- Exercices de réduction de l'astreinte musculo-squelettique.
- Ingénierie pédagogique de la séquence.

Conception et animation de la formation

- Conception et animation de la formation :
- Concevoir un module adapté au métier des participants à la formation (manutention, travail sur écran ou mixité du groupe).
- Équilibre entre théorie et pratique.

Bilan de formation : tour de table, évaluation de la formation, atteinte des objectifs pour chacun, axes d'amélioration, suggestions, remise des attestations.

Voir le programme complet sur prev-it.com