

## PROGRAMME DE FORMATION

### FORMATION PREVENTION - GESTES ET POSTURES



#### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Prendre conscience des risques liés à la manutention manuelle Adopter les bons gestes et postures au quotidien dans le travail. Utiliser de façon optimale les équipements mis à disposition du personnel.

#### OBJECTIFS ÉVALUABLES ET OPÉRATIONNELS

- Maîtriser les notions de bases des problèmes dus à la manutention
- Être capable d'appliquer les techniques de gestes et postures de travail pour diminuer la fréquence des arrêts maladies, accidents du travail
- Atténuer la fatigue et améliorer l'efficacité professionnelle



#### PUBLIC CONCERNÉ

Tout salarié amené à effectuer des manutentions manuelles.



#### PRÉ-REQUIS

Aucun



#### EFFECTIF

1 à 8 personnes.



#### LIEU DE FORMATION & FORMATEUR

Lieu : En intra, dans vos locaux, dans nos locaux d'Argonay ou dans une salle louée.

Formateur externe, en fonction de ses disponibilités.

Modalité : Présentiel

Formateur : Formateur expert en Santé et Sécurité au travail.



#### ACCESSIBILITÉ À NOS LOCAUX

Les locaux de SP Formation Conseil sont accessibles et adaptés au public en situation de handicap, bâtiment au 2<sup>ème</sup> étage avec ascenseur, parking (Vous pouvez contactez notre référente Handicap Mme Elodie CAILLAU : [e.caillau@spformation.com](mailto:e.caillau@spformation.com))



#### DÉLAIS D'ACCESSIBILITÉ À NOS FORMATIONS

En inter, consulter notre Catalogue des formations sur notre site [www.spformation.com](http://www.spformation.com)

En intra, nous consulter.

– Délais d'accessibilité aux formations CPF minimum de 15 jours entre le montage du dossier et le premier jour de la formation

●	Santé Sécurité et dialogue social
✉	<a href="mailto:commercial@spformation.com">commercial@spformation.com</a>
☎	04 12 05 11 11
📅	3h30, soit 1/2 journée par groupe
€	Tarif : nous consulter



### MOYENS PÉDAGOGIQUES, TECHNIQUES D'ENCADREMENT

Formation présentielle individuelle ou en groupe avec un formateur.  
L'échange est favorisé et encouragé par des temps de synthèse et de question réponse.  
Alternance théorie et pratique. Les apports méthodologiques sont illustrés d'exemples puis concrétisés à partir d'une recherche collective sur l'application possible en situation



### PARCOURS DE FORMATION

**Avant la formation**, le participant est invité à compléter un **questionnaire d'évaluation avant formation**. Il pourra être audité par le formateur et/ou le conseiller commercial.  
**En début de formation**, le participant est invité à exprimer ses attentes afin de valider l'adéquation entre les objectifs individuels et de formation. Ces attentes seront reprises lors de la séquence d'évaluation de la formation pour relever, en tour de table, le niveau d'attente exprimé par le participant ainsi que sa satisfaction vis-à-vis du contenu et du déroulement de la formation.  
**En fin de formation**, un **questionnaire de satisfaction « à chaud »** sera remplie par le stagiaire. Le formateur remplira un bilan de la formation.  
**M + 3** : Une **évaluation « post-formation »** sera remplie par le stagiaire afin de vérifier l'utilité de la formation suivie.  
**N + 1** : Une **enquête de satisfaction client** sera menée.  
Une feuille de présence par demi-journée émarginée par le(s) stagiaire(s) et le formateur.



### MOYENS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Évaluation réalisée par le formateur en lien avec les objectifs pédagogiques évaluables du programme.



### CERTIFICATION DE LA FORMATION

Aucune  
Un certificat de réalisation sera remis à l'issue de la formation (attestation de fin de formation sur demande).



### CONTENU DÉTAILLÉ

- PARTIE THÉORIQUE
  - Quelques définitions.
  - Notions d'anatomie du corps humain et de biomécanique du mouvement.
  - Les pathologies associées aux mauvais mouvements.
  - Les principes généraux de la manutention.
- PARTIE PRATIQUE
  - Application des principes généraux de la manutention.
  - Application sur les postes de travail de l'entreprise.
- LES "PLUS"
  - Personnalisation : mise en application dans les situations quotidiennes du personnel.