

## PROGRAMME DE FORMATION DE SENSIBILISATION AUX GESTES ET POSTURES

### Intitulé de l'action de formation

- Formation sensibilisation aux gestes et postures de sécurité à destination de tous les salariés ayant une activité nécessitant des manutentions manuelles comportant des risques, notamment dorsolombaires, en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables.

### Objectif (s) de la Formation

- A la fin de cette formation, le stagiaire doit être capable de préserver sa santé par des techniques de manutention correctes et d'assurer sa sécurité et celle d'autres personnes concernées lors des opérations de manutention (CT R4541-8).

### Prérequis

- Aucun

### Contenu

#### Théorique

- Accueil
- Accidents de travail dus à la manutention et aux chutes.
- Analyses de situations à risques.
- Notions d'anatomie.
- Principes d'économie d'efforts.
- Recherche de l'équilibre.
- Répartition de charges.
- Vidéos.

#### Pratique

- Etudes de postes in situ.
- Techniques de levage et de transport de charges.
- Exercices pratiques de levage et de gestion des énergies.

## Profil des intervenants

- Intervenants expérimentés ayant une solide expérience

## Nom du responsable pédagogique encadrant la formation

- Monsieur Sébastien BRANCHEREAU

## Moyens pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et pratiques
- Projections de films et de diaporamas **donc prévoir salle de cours suffisamment grande en vue du nombre de stagiaires**
- Remise de livrets de stage et d'un crayon à chaque stagiaire
- Temps d'échange entre formateur et stagiaires
- Notre centre est équipé de 3 salles de formation (de 14 à 24m<sup>2</sup>) pouvant accueillir des groupes jusqu'à 12 personnes

## Dates de la formation

- Fonction du planning en cours

## Durée de formation

- Formation : 1/2 journée soit 3.5 heures

## Lieu de la formation

- Sur le site de l'organisme de formation ou chez le client

## Modalités de suivi du stagiaire et d'évaluation d'acquis

- Feuille d'émargement
- Feuille d'évaluation de fin de stage
- Tests écrits pour la théorie ainsi que pour la pratique

## Sanction de la formation

- Attestation de formation de sensibilisation aux Gestes et Postures de Sécurité.

## Références réglementaires

- Manutention : Articles R4541-1 à R4541-11 et R4141-15 du Code du Travail.
- Formation à la sécurité : Articles L4141-2, R4141-3 et R4141-13 du Code du Travail.