

## Objectifs

---

Faire acquérir aux salariés des connaissances leur permettant de participer efficacement à l'amélioration de leurs conditions de travail.

Les objectifs de la formation gestes et postures s'intègrent dans une démarche globale de prévention, ils passent par la mobilisation des acteurs et décideurs de l'entreprise.

## Public

---

Tous secteurs d'activités

Tertiaire, logistique, intérim, intervenant à domicile, commerce, industrie...

## Pré requis

---

Aucun

## Durée

---

7 heures

## Effectif minimum

---

4 personnes

## Effectif maximum

---

10 personnes

## Maintien et Actualisation et des Connaissances

---

## Attribution finale

---

Attestation de formation délivrée par l'organisme FORMATHYS.

## Théorie

---

Théorie 4 heures

La Démarche Gestes et postures et les objectifs de la formation  
Les activités physiques dans l'activité du travail.

---

FORMATHYS - 198, Rue du Bois - Parc d'activité BARROIS - Bâtiment n°2 - 59182 MONTIGNY EN OSTREVENT

Tél : 03 27 87 97 31 - Fax : 03 27 87 61 28 - Siret : 480 113 281 000 20 - APE : 8559 A

SARL au Capital de 7 500€ - Mail : [contact@formathys.fr](mailto:contact@formathys.fr)

[www.formathys.fr](http://www.formathys.fr)

Les éléments statistiques et les enjeux liés à la santé  
Notions d'anatomie, physiologie et pathologie de l'appareil locomoteur.  
Protection des hommes et des biens.

## Appréciation du poste de travail

Evaluation des situations.  
Identifications des déterminants des activités physiques correspondantes.  
Ecoute des remarques des opérateurs.  
Prise de conscience des éléments contraignants de la situation de travail.

## Aménagement des postes de travail

Notions d'ergonomie.  
Rappel généraux des principes de prévention.  
Principe de bases d'aménagement dimensionnel des postes de travail.

## Application aux postes de travail

Identification des pistes d'amélioration.  
Mise en forme des propositions.  
Synthèse et test des connaissances.

## Pratique 3 heures

### Principes généraux de manutentions

Démonstration des gestes type face à une manutention.  
Analyse de la charge à manutentionner.  
Principe de sécurité physique.  
Apprentissage des gestes types de manutention.

## **Méthode et Support pédagogique**

---

Formation en salle avec apports théoriques basée essentiellement sur la mise en situation. Le formateur implique les participants par une pédagogie interactive qui leur permet de trouver des axes d'amélioration et un regard critique sur leur environnement de travail.

Exercices pratiques.

Impératif : nous vous demandons de prévoir un local pour assurer les exercices de manutention.

## **Qualification des Intervenants**

---

## **Moyens Pédagogiques nécessaires à la formation**

---

FORMATHYS - 198, Rue du Bois - Parc d'activité BARROIS - Bâtiment n°2 - 59182 MONTIGNY EN OSTREVENT  
Tél : 03 27 87 97 31 - Fax : 03 27 87 61 28 - Siret : 480 113 281 000 20 - APE : 8559 A  
SARL au Capital de 7 500€ - Mail : contact@formathys.fr

**[www.formathys.fr](http://www.formathys.fr)**

## **Principales références réglementaires**

---

Décret du 3/09/1992 n°929.58

Code du travail R4541-1 à R4541-9

## **Documents de référence**

---