
Programme de Formation

FORMATION GESTES ET POSTURES

Organisation

Durée : 3 heures et 30 minutes

Mode d'organisation : Présentiel

Tarif : Nous consulter

Effectif par session : 1 à 10 participants

Contenu pédagogique



Public visé

- Tout public



Prérequis

- Aucun



Objectifs pédagogiques

- Prévenir les troubles musculosquelettiques
- Répondre aux problèmes caractéristiques de chaque poste de travail
- Appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées
- Participer à la prévention



Description

FORMATION THÉORIQUE

- Dispositions législatives et réglementaires
- Les partenaires de la prévention et leur rôle
- Droits, Obligations et Responsabilités
- Troubles musculosquelettiques
- Notions d'anatomie
- Mécanismes d'apparitions et conséquences
- Les risques liés aux gestes et postures
- Les bonnes pratiques
- Participer à la prévention

EXERCICES PRATIQUES

- Exercices pratiques adaptés aux postes de travail



Modalités pédagogiques

- Apprentissage théorique, Exposés interactifs, Mises en situation, Jeux de rôles



Moyens et supports pédagogiques

- Moyens techniques : Extranet participant, Salle de formation, Écran interactif ou Vidéoprojecteur, Tableau blanc
- Moyens pédagogiques : Auto-évaluations à l'entrée et en fin de formation, Présentation PowerPoint, Support de formation



Modalités d'évaluation et de suivi

- Feuille d'émargement
- Questionnaire d'auto-évaluation des acquis en début et en fin de formation
- Évaluation théorique de la formation grâce à un QCU
- Remise d'une attestation de fin de formation individuelle, d'un certificat de réalisation et d'un bilan d'acquisition des compétences



Informations sur l'admission

- Organisation de formation **INTRA** (en entreprise) sur demande
- Formation accessible dans un délai moyen de 15 jours
- Inscription par mail, téléphone ou formulaire de contact sur notre site Web



Informations sur l'accessibilité

Notre centre, **GOUVERNEUR CONSEILS ET FORMATIONS**, est engagé en faveur de l'accessibilité pour les personnes en situation de handicap. Nous travaillons en partenariat avec un réseau de partenaires pour garantir un accueil adapté et des conditions d'apprentissage optimales. Un accompagnement spécifique peut être mis en place pour faciliter l'accès à la formation, et nous encourageons les personnes concernées à nous contacter pour discuter de leurs besoins particuliers. Nous veillons également à sensibiliser tous nos intervenants aux enjeux de l'accessibilité, afin de créer un environnement inclusif pour tous les participants. Pour en savoir plus contacter notre référent Handicap

Mail : contact@gouverneurformations.fr