



# L'ATELIER DES APPRENANTS

**GESTES ET POSTURES**

**DURÉE : 7 HEURES**

 7h  4-10

- **Aucun prérequis**
- **Aucun support**
- **Modalités et délais**

Dans vos locaux en présentiel  
Délai d'inscription de 10 jours

- **Tarif**

990€ HT - 7h

- **Public**

Tout le personnel de  
l'entreprise

- **Méthodes  
pédagogiques**

Méthodes participative,  
démonstrative, heuristique et  
collaborative

- **Moyens pédagogiques**

Formateur gestes et postures

- **Objectifs pédagogiques**

- Analyser et repérer dans son poste de travail les gestes et postures sources de troubles musculosquelettiques.
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction de la situation.
- Mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés et sécurisants

- **Compétences visées**

- Être capable d'analyser sa posture de travail
- Être capable de mettre en œuvre les principes de sécurité physique et d'économie
- Être capable de manipuler des charges en préservant sa santé physique

- **Personne en situation de handicap**

Si vous pensez qu'un participant pourrait être en situation de handicap, vous pouvez prendre contact avec notre référent handicap :  
**Laurent SCARABIN**  
[laurent@atelierdesapprenants.fr](mailto:laurent@atelierdesapprenants.fr)  
07 86 87 90 86

- **Suivi et évaluation**

Feuille d'émargement à la demi-journée.  
Evaluation continue formative.  
Attestation de fin de formation

# Programme

- **Repérer**, dans son métier, les situations de travail susceptibles de nuire à sa santé
- **Connaitre** le fonctionnement du corps humain et repérer les limites du fonctionnement du corp humain
- **Connaitre** les facteurs de risques source de TMS
- **Connaitre** les 9 principes généraux de prévention
- **Connaitre et appliquer** les principes de sécurité et d'économie d'effort à l'ensemble de ses situations de travail



 (+33) 07 86 87 90 86



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



[contact@atelierdesapprenants.fr](mailto:contact@atelierdesapprenants.fr)

41 Avenue Paul Claudel, 80480 Dury

