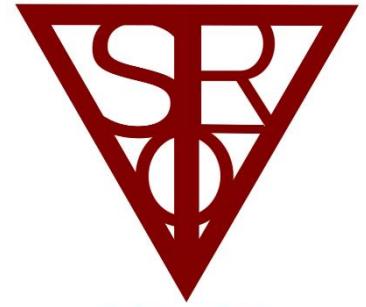


**PREVOST FORMATION**

SECOURISME

# Formation Gestes et Postures

## OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Mettre en œuvre les gestes et postures adaptés aux situations de travail pour éviter les Troubles Musculosquelettiques (TMS)

Contribuer à la prévention du risque Troubles Musculosquelettiques dans l'entreprise.

Etudier et améliorer son poste de travail en rapport avec les principes de prévention

### Nombre de participants

De 4 à 10 personnes

### Pré requis :

Aucun pré requis nécessaires pour cette formation

### Durée :

La formation initiation aux Gestes et Postures s'étend généralement sur 3h30 mais peut être modulée en fonction de vos spécificités et contraintes.

## PROGRAMME :

- Les enjeux de la Prévention des risques
- Les acteurs de Prévention internes et externes
- L'évaluation du risque professionnel
- Les risques professionnels liés aux gestes et postures de travail
- Observation d'une situation de travail et repérage des risques posturaux
- Amélioration des postes de travail
- Eveil musculaire / échauffement
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort

## Méthodes et moyens pédagogiques :

- *Présentation Power Point.*
- *Vidéo*
- Démonstrations par le formateur.
- Matériel de simulation de cas concret.

## Évaluation :

Une attestation de présence sera délivrée aux stagiaires ayant assisté à l'ensemble de cette formation.