

**PREVOST FORMATION**



# 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

### Durée :

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

### Nombre de participants

Groupe de 12 apprenants maximum

### Pré requis :

Aucun pré requis nécessaires pour cette formation

## **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.

## **Modalités d'intervention:**

Formation en présentiel intra-entreprise.

### **Accueil et accompagnement des personnes en situation de handicap:**

Dans le cadre de l'accès à nos formations pour les personnes en situation de handicap, PREVOST FORMATION est à votre écoute afin de pouvoir répondre au mieux à votre demande et vous proposer des solutions d'aménagement.

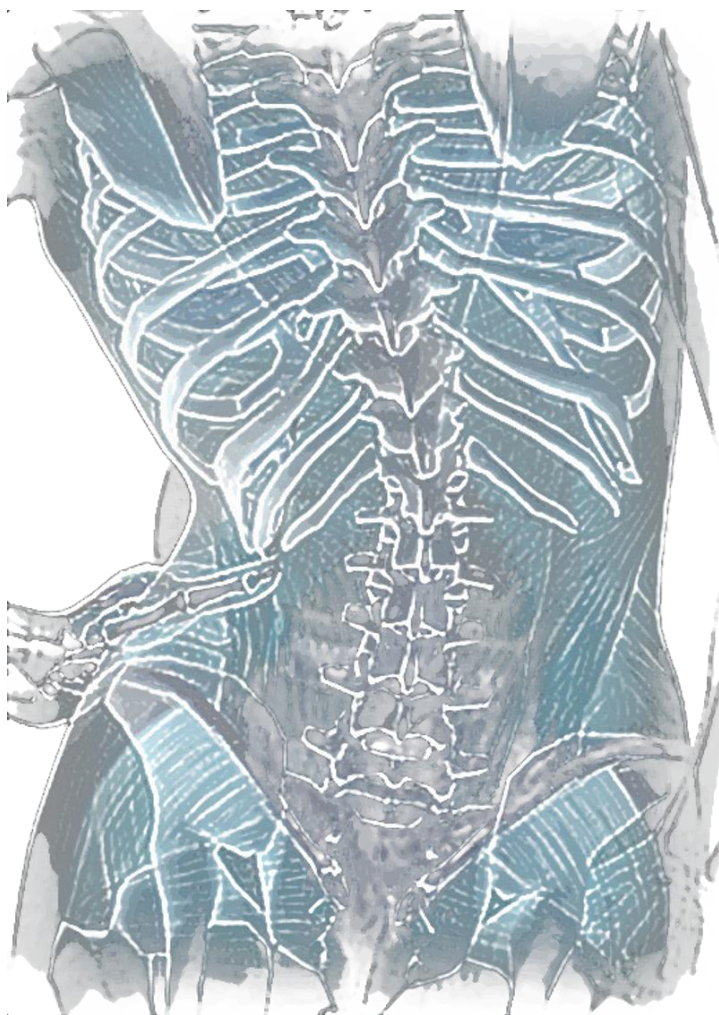
En fonction du type de handicap, la session de formation sera mise en place en limitant le nombre de participants. Ainsi chaque stagiaire bénéficiera de plus de temps d'attention de la part de l'intervenant.

### **Tarif:**

Nous consulter – Délai de réponse sous 24 heures

### **Taux de satisfaction:**

95 % sur l'année 2024



**Version 20/12/2025**