



## Programme de formation initiale « GESTES ET POSTURES »

Durée : 1 jour - 7 heures

Code module : G/P

Tarif : Sur devis

### OBJECTIFS

- Connaître les techniques théoriques et pratiques de manutention manuelle,
- Appliquer à son poste de travail les principes de prévention des risques liés aux activités physiques observées

### PUBLIC

Tout public

### PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

### OUTILS ET METHODOLOGIE PÉDAGOGIQUE

Point en amont de la formation avec restitution du besoin client.

Évaluation à chaud en fin de formation, débriefing sur l'écart éventuel, formalisation d'une régulation sur les points soulevés.

**Méthode pédagogique** : magistrale, méthode démonstrative, méthode active.

### MOYENS D'ENCADREMENT DE LA FORMATION

SECURICONSULT s'engage à adapter chaque formation aux besoins réels du stagiaire. L'animation est basée sur une pédagogie active, avec des exercices pratiques et personnalisés qui permet l'ancrage en temps réel.

Cette animation s'appuie sur une alternance de parties théoriques et essentiellement pratiques (conforme au dernier référentiel de l'INRS).

Alternance de méthode active et méthode « étude de cas » par jeux de rôle et/ou jeux de simulation

### SECURICONSULT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : [admin@securiconsult.fr](mailto:admin@securiconsult.fr) – Site : [www.securiconsult.fr](http://www.securiconsult.fr)

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France. V1\_22\_10\_2024



## LIEU DE FORMATION

Formation dispensée en intra-entreprise

## MODALITES ET DELAIS D'ACCÈS

Pour l'inscription : Merci d'adresser votre demande d'inscription au référent pédagogique cité ci-après.

Les dates de sessions seront communiquées dès votre demande d'inscription.

Si prise en charge par un OPCO : vous devez en faire la demande à votre OPCO un mois avant le démarrage de la session.

**Processus d'inscription :** Votre inscription sera considérée comme validée une fois que le devis de formation et la convention de formation seront retournées signées à notre organisme.

## CONTACT

Antoine LECOUTRE – Référent pédagogique et référent handicap

Téléphone : 06.76.16.35.60

Mail : [admin@securiconsult.fr](mailto:admin@securiconsult.fr)

## ACCESSIBILITÉ

Entretien préalable avec le référent handicap.

Il appartient au client de s'assurer que les locaux soient conformes et accessibles aux personnes en situation de handicap.

## PROGRAMME

### Aspects théoriques :

- Les accidents du travail
- Les statistiques,
- Notions d'anatomie du corps humain,
- Les lésions les plus fréquentes,
- Les accidents dus aux manutentions manuelles,
- Principes généraux des gestes et postures,
- Le poste de travail et l'homme,
- Les aides à la manutention.

### SECURICONSULT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : [admin@securiconsult.fr](mailto:admin@securiconsult.fr) – Site : [www.securiconsult.fr](http://www.securiconsult.fr)

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France. V1\_22\_10\_2024



### Aspects pratiques :

- Exercice de base,
- Prises de charges diverses en fonction des travaux ou activités effectués par le personnel,
- Déplacement de charges,
- Actions en commun,
- Exercices afin d'acquérir la bonne posture.

### CERTIFICATION

La présence à l'ensemble des séquences programmées au recyclage donnera lieu à la remise d'une attestation de fin de formation.

### DATES

Nous consulter.

### DISPOSITIONS PRATIQUES

Groupe 10 personnes maximum.

### SECURICONSULT

Siège situé au : 85 rue de la bimoise – 62650 CLENLEU

Tél : 06.76.16.35.60 – Mail : [admin@securiconsult.fr](mailto:admin@securiconsult.fr) – Site : [www.securiconsult.fr](http://www.securiconsult.fr)

Siret : 814 072 849 00031 – Numéro de déclaration d'activité : 32 59 10474 59 auprès du préfet de la région des Hauts-de-France. V1\_22\_10\_2024