STAGES COURTS
FORMATION PROFESSIONNALISANTE

GESTES ET POSTURES

ADAPTER LES GESTES ET POSTURES AU TRAVAIL

Mis à jour 05/2025

Public ciblé

- Tous publics.

Prérequis

- Compréhension orale et écrite de la langue française.

Modalités d'inscription

- Préinscription en ligne :
  - Télécharger la fiche "candidature / positionnement" via le site internet
    ► www.campusvertdazur.fr

Modalités de sélection

- Avoir les pré-requis demandés et avoir effectué les modalités d'inscription.

Formateur(s)

- M.Franck MARINO.
  Formateur habilité

Validation des acquis

- Attestation de compétences, preuve éligible comme activité significative pour un dossier VAE.

Financement

- Financement par le particulier ou par l'entreprise
- Financement possible sous condition par VIVEA pour les gérants d'entreprise.

Votre statut

- Aucun changement au statut initial.

Durée

- 2 jours soit 14h.

Dates

- Voir Calendrier de formation sur www.campusvertdazur.fr.

Tarif

- **420 €.**

En adéquation avec la préconisation INRS ED 832, cette formation permet d'adopter les bons comportements dans le milieu du travail en vue de réduire maladies professionnelles et accidents du travail.

L'OBJECTIF

Être capable d'appliquer les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue et réduire les risques d'accidents.

POURQUOI DÉVELOPPER SES COMPÉTENCES?

- Acquisition, actualisation et maintien des compétences ;
- Adaptation au poste de travail ;
- Pédagogie active : interactivité et opérationnalité en salle et/ou sur le terrain, étude de cas, diaporama, échanges de pratiques, livret de formation et contenus pédagogiques papiers et/ou multimédias ;
- Individualisation dans la conception et l'élaboration des contenus pour les demandes en intra ;
- Accompagnement personnalisé pour les personnes en situation du handicap.
- Aide au maintien dans l'emploi des salariés ;
- Acquisition de nouveaux marchés pour les chefs d'entreprises.
- Permettre aux entreprises de rester compétitives.

Venez découvrir nos stages courts sur notre site internet

www.campusvertdazur.fr

LE CONTENU DE LA FORMATION

Étude des postes de travail :

- Analyse et étude statistique des accidents du travail ;
- Analyse du poste de travail individuel, de l'aménagement et des machines utilisées ;
- Analyse des mauvaises postures au sein des routines de travail.

Notions d'anatomie, de physiologie et d'ergonomie :

- Les centres de gravité ;
- Les points d'appuis ;
- La colonne vertébrale ;
- Les différentes positions.

Mise en évidence des risques potentiels d'accidents :

- Risques potentiels d'accidents osseux ;
- Risques potentiels d'accidents musculaires ;
- Risques potentiels d'accidents articulaires ;
- Techniques gestuelles.

Techniques gestuelle :

- Prendre une charge à terre ;
- Transporter des charges ;
- Déposer, lever, coucher, gerber différentes charges ;
- Ergonomie d'énergie lors des efforts.

Exercices pratiques :

- Échauffement/éveil musculaire ;
- Manipulation de charges de natures diverses ;
- Étirements, soulagements des tensions ;

LES MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Interactivité et opérationnalité : document écrit remis à chaque participant, diaporama, travaux pratiques d'application et de mise en situation étude de cas, échanges de pratiques, ressources pédagogiques sur clé USB.

LES MODALITÉS D'ÉVALUATION

A la fin de la formation une évaluation des acquis des stagiaires sera assurée par la complétude encadrée d'une grille en auto-évaluation au début et en fin de formation permettant à chaque participant de mesurer la progression de ses acquis à l'issue de la formation, soumise à validation finale du formateur.

La formation se clôture dans le cadre de notre démarche qualité par une évaluation à chaud de la satisfaction du stagiaire et par une évaluation à froid, auprès de l'entreprise, par téléphone ou envoi de questionnaire dans les 3 mois afin d'apprécier l'impact de la formation.

Une attestation de stage et des acquis sera établie et envoyée à l'issue de la formation.

Taux de satisfaction : 97%
Année 2023-2024
(Toutes formations "Gestion des risques" confondues)

Contactez nous !

CAMPUS VERT D'AZUR
Service Stages Courts
88, Chemin des Maures - 06600 ANTIBES
Tél : 04 92 91 02 33
E-mail : cfppa.antibes@educagri.fr
Site web : www.campusvertdazur.fr