

## PUBLIC CONCERNE :

L'inscription d'une personne implique que l'entreprise ait analysé et validé les besoins du bénéficiaire  
Toute personne désireuse de se former aux gestes et postures

## PREREQUIS :

- L'entreprise s'est assurée que le bénéficiaire réponde au(x) prérequis suivant(s) :
- Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation

## PERSONNE EN SITUATION DE HANDICAP :

Toute personne inscrite faisant l'objet d'un handicap sur le bulletin d'inscription bénéficiera d'un entretien téléphonique, avant la formation, pour valider la faisabilité de son accueil ou l'aménagement à prévoir au vu du handicap déclaré.

## DUREE ET PLACES DISPONIBLES :

1 jours / 7 heures  
Horaires : 9h00 – 12h30 / 13h30 -17h00  
8 personnes maximum

## PROFIL DE L'INTERVENANT :

Formateur indépendant référencé dans notre système qualité ( expertises pédagogique et technique )

## MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES :

- Salle de formation adaptée.
- Exposé didactique, démonstrations.
- Exploitation individuelle et démonstration de chacun.
- Remise d'un fascicule à chaque stagiaire.

## TARIF - LIEU DE STAGE – DELAI D' ACCES :

Tarif Intra entreprise : nous consulter  
Délai d'accès : 10 jours avant le début de formation (demande urgente : nous contacter)

## INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES :

Aucunes

## Votre contact :

Tel : 01 80 85 65 05

[info.a3formationsecu@gmail.com](mailto:info.a3formationsecu@gmail.com)

## Objectifs :

A l'issue de cette formation, les participants devront :

- Porter des charges en toute sécurité.
- Améliorer leurs postes de travail.
- Exécuter des mouvements pour prévenir des douleurs lombaires.
- Prendre conscience des accidents de manutention.

## Contenu du stage :

Ouverture de stage, prise de contact avec les stagiaires, présentations.

## Formation théorique :

- La répartition des accidents du travail au cours de manipulation, de transports manuels et de chutes.
- L'influence des mauvaises postures lors de transports manuels et de manipulations répétitives.
- Notion d'anatomie (musculature et colonne vertébrale.)
- Les facteurs aggravant des accidents de la colonne vertébrale.
- Les moyens de prévention :
- Les attitudes aux postes de travail,
- Les protections individuelles,
- L'aménagement du poste de travail,
- L'organisation des tâches
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort :
- Les techniques gestuelles,
- La bonne position « ce qu'il faut faire ! »,
- L'élévation et le portage des charges.

## Formation pratique :

- Lever, porter, poser et prendre sur entablement et poste de travail.

## Conditions de réussite :

- Test de connaissance théorique (QCM)
- Contrôle continu pour la partie pratique
- Suivi des objectifs de la formation et de la compréhension des stagiaires par le formateur.
- Evaluation à chaud de la satisfaction des stagiaires.
- Une attestation de fin de formation sera remise au participant précisant s'il a acquis ou non les compétences visées.
- Une feuille d'émargement ainsi qu'une attestation de présence et de réalisation seront délivrées à l'employeur.

## Modalités d'évaluation de la formation et validations des acquis :

- Le programme, la convocation, le plan d'accès et le règlement intérieur devront être remis au stagiaire avant la formation et devront être lus par l'intéressé.
- Le stagiaire s'engage à participer à la totalité de la formation de manière active et constructive.
- Le dirigeant d'entreprise s'engage à assurer le suivi et la mise en œuvre des acquis de la formation auprès de son collaborateur après la formation.