

TB PREV FORMATIONS

2 rue de l'Église

51170 Aubilly

Email : tony.berenguer@tbprevformations.fr

Tel : 06 13 15 50 24

www.tbprevformations.fr



Gestes et Postures

Salariés se plaignant de douleurs, absences répétées, perte de productivité... Les troubles musculosquelettiques (TMS) et le mal de dos touchent de nombreuses entreprises de tous secteurs d'activité.

En France, les TMS représentent 87 %* des maladies professionnelles et le mal de dos représente 20 % des accidents du travail. En 2017, leur coût direct pour les entreprises s'est élevé à près de deux milliards d'euros à travers leurs cotisations accidents du travail et maladies professionnelles (AT/MP). Pour les salariés, près de la moitié des TMS entraînent des séquelles lourdes avec des risques de désinsertion professionnelle.

Adopter de bons gestes et les bonnes postures au travail doit être un souci quotidien, permettant d'éviter l'apparition de nombreux troubles et maux physiques.

**chiffres Ameli.fr*

Durée : 7.00 heures (1.00 jour)

Limites d'effectif : 1 à 10 participants

Profils des apprenants

- Cette formation s'adresse aux salariés qui ont dans leur travail une activité physique ou une même position prolongée : manutention manuelle, port de charges, travail de bureau, travaux ou gestes répétitifs, postures de travail prolongées, utilisation d'engins ou d'outils exposant à des chocs ou des vibrations... Ce qui peut nuire à leur santé (lombalgies, affections ou lésions articulaires...) ou entraîner des efforts inutiles ou excessifs

Pré-requis

- Aucun pré-requis particulier

Modalités d'intervention

La formation se déroulera en présentielle intra-entreprise au sein des locaux de l'entreprise ou au sein de locaux mis à disposition par l'entreprise

Accessibilité

Pour optimiser la qualité de notre prise en charge, les personnes en situation de handicap sont invitées à nous en informer dès la prise de contact, en nous précisant la nature du handicap

Délais d'accès

4 semaines après la signature de la commande

TB PREV FORMATIONS

2 rue de l'Église

51170 Aubilly

Email : tony.berenguer@tbprevformations.fr

Tel : 06 13 15 50 24

www.tbprevformations.fr



PREV FORMATIONS

Objectifs pédagogiques

- Être capable d'appliquer les techniques de Gestes et Postures de travail adaptées (Atténuer la fatigue, réduire la fréquence des accidents, prévenir les troubles musculo squelettiques)
- Acquérir une méthodologie pour observer et analyser une situation de travail afin de repérer les situations dangereuses dans son entreprise
- Être capable de participer à la mise en œuvre d'actions de prévention et de protection

Contenu de la formation

- Présentation de la formation
- Comprendre l'intérêt de la prévention
 - Les accidents de travail, les maladies professionnelles, statistiques
 - Les enjeux de la prévention
 - Les différents acteurs de la prévention
 - Les documents permettant de faire de la prévention en entreprise
- Connaître les risques de son métier
 - Comprendre le mécanisme d'apparition du dommage
 - Reconnaître les principaux risques de son métier en lien avec l'activité physique
 - Les éléments à observer d'une situation de travail
- Connaître le fonctionnement du corps humain et ses limites
 - De quoi est composé l'appareil locomoteur (ce qui permet de bouger)
 - Les limites du fonctionnement du corps humain
 - Ce qui cause les Troubles Musculo Squelettiques
- Acquérir une méthodologie pour observer et analyser une situation de travail
 - Observer une situation de travail pour identifier ce qui peut nuire à la santé
 - Analyser une situation de travail
 - Trouver une piste d'amélioration en lien avec les 9 principes généraux de la prévention
- Être capable d'appliquer les techniques de Gestes et Postures de travail adaptées pour atténuer la fatigue et réduire la fréquence des accidents
 - Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
 - R.E.F.U.S.E le mal de dos
- Mettre en place les suggestions à son poste de travail
 - Visite du poste de travail et autres endroits de l'entreprise
 - Conseils personnalisés
- Révision et bilan de la journée

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

Formateur expert en prévention et sécurité au travail.

TB PREV FORMATIONS | 2 rue de l'Église Aubilly 51170 | Numéro SIRET : 85358199900010 |

Numéro de déclaration d'activité : 44510212151 (auprès du préfet de région de : Grand Est)

Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.

TB PREV FORMATIONS

2 rue de l'Église

51170 Aubilly

Email : tony.berenguer@tbprevformations.fr

Tel : 06 13 15 50 24

www.tbprevformations.fr



Il possède l'une des deux certifications en rapport avec la prévention et les bons gestes au travail :

- certification "Formateur en Prévention des Risques liés à l'Activité Physiques" (PRAP) remise par le réseau Assurance maladie risques professionnels / l'INRS
- certification "Formateur Sauveteur Secouriste du Travail" (SST) remise par le réseau Assurance maladie risques professionnels / l'INRS

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation
- Une partie de la formation se déroulera en environnement réel (ex : ateliers, bureaux, ...)
- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation
- Remise du Mémo Formation " Prévention des risques liés aux manutentions manuelles " (Livret de 48 pages) à chaque stagiaire

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- QCM pour évaluer les connaissances
- Mises en situation pour évaluer les savoirs faire
- Formulaire d'évaluation de la formation
- Certificat de réalisation de l'action de formation

Modalités de certifications

Résultats attendus à l'issue de la formation

Les apprenants devront obtenir au moins 4 sur 6 à une épreuve sur le savoir faire de porter une charge.
Ils devront également obtenir au moins 12 sur 18 à QCM portant sur les connaissances Gestes et Postures.

Modalités d'obtention

Une attestation de fin de formation sera délivrée au stagiaire

Mise à jour : 01/10/2023