



FORMATEUR GESTES ET POSTURES

Satisfaction et réussite

FGP

V2.1

17/10/2024



X %



objectif pédagogique

Être capable d'amener un groupe d'apprenants à connaître les risques liés à la manutention de charges en appliquant les techniques de gestes et postures adaptées au poste de travail. Analyser les situations de travail susceptibles d'entraîner des troubles musculo-squelettiques et mettre en place des mesures préventives en collaboration avec les instances prévention présentes dans l'entreprise (CSE, CSST, direction).



25H00

intra
entreprise

Public concerné

Formateurs pour adultes ayants des notions de base en anatomie
Groupe de 4 à 8 personnes par session

Prérequis

Être détenteur d'un certificat de formateur (PAE, Fo SST, Titre pro, BNMPs) et détenir les bases en prévention des risques INRS.

Encadrement

Formateur de formateurs, spécialisé(e) dans les risques liés aux activités physiques (P.R.A.P. I.N.R.S.) ou gestes et postures.

Conditions de réalisation - Programme détaillé par demi-journées

1ère demi-journée - Partie théorique :

- Révisions des bases en pédagogie ;
- Cadre légal et bases en prévention (AT/MP/DUERP) ;
- Analyse des accidents de travail liés aux manutentions manuelles ;
- Fonctionnement du corps humain (anatomie et de physiologie).

2ème demi-journée :

- Les troubles musculo-squelettiques ;
- Analyse du poste de travail et des attitudes ;
- EPI et EPC (Équipements de protection individuel et collectif).

3ème demi-journée - Partie pratique :

- Mises en situations pédagogique en qualité de formateur GP;
- Grands principes d'ergonomie au poste de travail ;
- La séance d'échauffement et d'étirement.

4ème demi-journée :

- Apprentissage du verrouillage lombaires et postures invariantes ;
- Principes d'économie d'efforts et principes de sécurité physique ;
- Port d'une charge lourde ou encombrante en sécurité ;
- Porter secours en cas d'accident de manutention.

5ème demi-journée - Evaluations :

1- QCM

- Mises en situations pédagogiques

6ème et 7ème demi-journées :

- Mises en situations pédagogiques



Ensemble de techniques pédagogiques (exposé interactif, démonstration pratique, mises en situation...) issues de l'A.F.N.O.R.
Supports pédagogiques projetés, plaquettes pédagogiques



Matériels d'aide à la manutention de l'entreprise, ordinateur, vidéo projecteur, écran de projection, salle de cours et espace permettant la mise en place d'une séance d'étirement ou de relaxation, tapis de sol.



Décret n°92-958 du 3 septembre 1992
Code du travail article L 4121-2, L 4541-1, R 4541-4 et 5



programme de la formation Page 2/2

FORMATEUR GESTES ET POSTURES

FGP

V2.1

17/10/2024



X SUR 10

Satisfaction et réussite



X %

Compétences de la formation

Identifier le cadre légal et les bases en prévention ;
Être capable d'analyser une situation de travail comportant de la manutention ;
Comprendre le fonctionnement du corps humain ;
Être capable d'identifier les EPI et EPC (Équipements de protection individuel et collectif) ;
Mettre en place et animer une séance d'échauffements et d'étirements ;
Connaitre les principes d'économie d'efforts et les principes de sécurité physique ;
Être capable de porter une charge lourde ou encombrante en sécurité ;
Être capable de porter secours en cas d'accident de manutention et de donner l'alerte ;
Remise à niveau des compétences/Recyclage : Selon les besoins de l'entreprise.

Organisation et méthodes d'évaluations

Cette formation est 100% présentielle
Les évaluations sont sommatives et certificatives
Pour que le stagiaire soit validé, les conditions suivantes doivent être remplies :
- Avoir participé à toutes les phases de la formation (feuille de présence) ;
- Avoir été déclaré une fois "acquis" lors des mises en situation pédagogiques ;
- Obtenir la note minimale de 12/20 au QCM.



Documents remis aux stagiaires et aux clients

Livret aide-mémoire stagiaire "gestes et postures" (manutention et mal de dos)
Supports projetés formation GESTES ET POSTURES ALIENOR
Certificat de réalisation individuel et attestation de formation



Coût

Selon devis ou conditions tarifaires



Accessibilité et handicap

Selon protocole de l'entreprise utilisatrice (formation intra-entreprise)
Contacter notre référent handicap à l'adresse suivante :
inclusion-rgpd@alienor-prevention.fr