

## Programme de Formation

### PERSONNES CONCERNÉES :

Toute personne appelée à soulever, déplacer, positionner des charges diverses à la main, soit en manutention libre, soit à un poste de travail.

PRÉ-REQUIS : Aucun

DUREE : 3 heures

### METHODES ET MOYENS

PEDAGOGIQUES : Méthodes actives, ateliers pédagogiques et mises en pratique

DISPOSITIFS DE SUIVI : Feuilles de présence émargées par demi-journée par les stagiaires et attestation de stage.

VALIDATION DES ACQUIS : L'évaluation des acquis se fait tout au long de la formation : analyse des pratiques – acquisition et évaluation des connaissances et des compétences sur des cas concrets. Attestation de formation

### DISPENSATEUR DE FORMATION :

Formateurs experts métier ayant validé un parcours de qualification pédagogique.

### LIEU ET NATURE DE L'ACTION :

Centre de MOREAU  
170, impasse en Chossagne 01190 OZAN

### ACCESSIBILITE HANDICAP :

Centre de formation conforme aux arrêtés en vigueur et relatifs à l'accessibilité aux personnes handicapées des établissements recevant du public et des installations ouvertes au public.

TARIF : A partir de 300€ (exo TVA)

### MODALITÉ ET DÉLAI D'ACCÈS :

Inscription possible jusqu'à 24h avant la formation auprès du secrétariat (hors week-ends et jours fériés)

## GESTES ET POSTURES

### OBJECTIFS

- ✓ Exécuter des opérations de manutention manuelle en respectant la ou les bonne(s) technique(s) gestuelle(s)
- ✓ Limiter les risques de maladies professionnelles et les accidents du travail

### FORMATION THEORIQUE

- A. Les différents risques professionnels
- B. Les notions d'anatomie
- C. La réglementation
- D. Les principes de sécurité physique et d'économie de l'effort
- E. Les moyens de prévention

### FORMATION PRATIQUE

- A. Manipulations de charges
- B. Recherches de gestes de sécurité
- C. Application au poste de travail

### VALIDATION ET SANCTION DE LA FORMATION

Evaluations en cours de formation durant les mises en situation

Attestation de fin de formation

