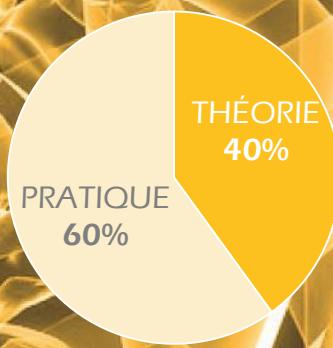


ACTUALISEZ LES COMPÉTENCES  
DE VOS FORMATEURS  
EN GESTES ET POSTURES



Formation en intra-entreprise  
(dans vos locaux, dates à votre convenance)



Formation en inter-entreprises  
(dans un centre proche de chez vous)

## OBJECTIF DE LA FORMATION

Cette formation a pour finalité de maintenir et d'actualiser les compétences des formateurs en Gestes Postures et Ergonomie, dans l'objectif de concevoir, organiser, animer et évaluer une action de formation.

## PUBLIC

Personnel dans les secteurs de l'industrie, du BTP, du commerce et des activités de bureau formé et expérimenté dans le domaine des formations en Gestes Postures et Ergonomie.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Être capable d'élaborer un projet de formation-action intégré à la démarche de prévention de la structure.
- Être capable de maîtriser les aspects techniques et physiologiques associés aux gestes, postures et à l'ergonomie.
- Être capable d'organiser, animer et évaluer une formation-action des salariés dans la thématique des gestes et postures.

## DOCUMENTS PÉDAGOGIQUES

Remise d'un classeur comprenant plus de 100 pages recto/verso, reprenant le contenu de la formation et les référentiels de l'INRS.

Cours richement illustrés et interactifs adaptés au contexte professionnel



### INTERVENANT(S)

Formateur de Formateur PRAP IBC certifié par l'INRS



### APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Exposés interactifs, démonstrations par le formateur, étude de cas, mise en situation...



### CONDITIONS D'ÉVALUATION

Partie théorique: Questionnaire à Choix Multiples

Partie pratique: Évaluation Sommative



Habilitation INRS  
Formation de Formateurs  
PRAP-IBC  
n°501559/2014/PRAP-IBC-02/O/13



## ENGAGEMENT QUALITÉ SOFIS

# PROGRAMME

## PARTIE THÉORIQUE | 40%

### **Le fonctionnement du corps humain et ses limites**

- Le squelette
- Les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale
- Le fonctionnement d'une articulation

### **Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé**

- Les TMS des membres supérieurs et inférieurs
- Les atteintes au niveau du dos

### **Les facteurs de risques et de sollicitation**

- Les différents facteurs de risques (biomécaniques, psychosociaux, environnementaux)
- Les sollicitations de l'appareil locomoteur

### **Les concepts de base de la communication**

- Le schéma et les canaux de la communication
- Les principaux systèmes de représentation

### **L'action de formation**

- La conception d'une action de formation
- Les caractéristiques de la formation pour adultes
- L'animation d'un groupe en formation
- Les outils et techniques pédagogiques
- L'évaluation d'une action de formation

## PARTIE PRATIQUE | 60%

### **Retour d'expérience et partage d'informations**

- Présentation des points forts de l'expérience professionnelle des participants
- Échanges avec l'ensemble du groupe sur différents axes d'amélioration identifiés

### **Retour d'expérience sur : L'analyse de situations de travail et la participation à la maîtrise du risque**

- Observation de situations réelles de travail, en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- Caractérisation des risques liés à l'activité physique et analyse des causes d'exposition
- Utilisation de différents outils d'évaluation
- Propositions d'amélioration de situations de travail en agissant sur l'ensemble des composantes de sa situation de travail

### **Principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction des activités**

- Application des règles de sécurité et d'économie d'effort lors de techniques de lever-porter-déplacer-déposer de charges inertes
- Identification et utilisation de différents équipements mécaniques et d'aides à la manutention

### **TRAVAIL PRÉPARATOIRE**

#### **Réalisation d'un dossier portant sur une formation-action réellement conduite**

- Restitution à l'ensemble du groupe le premier jour

