

## **PUBLIC**

Être formateur

*PSH : Nous contacter*

## **Pré requis**

Détenir la capacité d'expression en public

Utiliser l'outil informatique (Power Point...)

## **DURÉE ET EFFECTIF**

28h00 (2jrs+2jrs) + travaux inter session estimés 3h00  
Groupe de 4 à 10 personnes

## **LIEU ET DATES**

Dans nos locaux, voir calendrier

*Accessibilité : PMR*

## **COÛT**

Nous contacter

## **VALIDATION**

Attestation de présence délivrée

## **OBJECTIFS**

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Concevoir une séquence de formation en gestes et postures
- D'animer une formation gestes et postures destiné à des salariés d'entreprise afin de limiter les risques liés à la manutention d'objets

## **CONTENU**

Importance des risques liés à l'activité physique  
Notion d'anatomie, physiologie et de pathologie du dos  
Notion de base d'ergonomie, travail debout et assis

Identifier les risques d'atteintes à la santé possible aux cours des manutentions

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort :

- L'équilibre et la stabilité, le centre de gravité, le polygone de sustentation

Exercices pratiques : Manutention de charges inertes

Les principes de base de l'ingénierie pédagogique :

- Construction d'une action de formation respectant les besoins et contraintes de l'entreprise
- L'organisation d'une action de formation en tenant compte de la spécificité du public à former...
- Animations de séquences

Bilan de la formation

## **MÉTHODES PEDAGOGIQUES**

Affirmative, démonstrative, applicative lors de la préparation et l'animation des séquences

## **MOYENS PEDAGOGIQUES**

Vidéo projecteur, ordinateur, tableau blanc, charges inertes (cartons, sceau, carton, bidon...)