

## Gestes et postures en ateliers

### **OBJECTIFS**

- ▶ Comprendre les enjeux de la prévention.
- ▶ Identifier les risques au travail.
- ▶ Adopter des bons gestes et bonnes postures au travail.

### **Méthodes pédagogiques :**

Autoévaluation en amont de la formation

Recueil des attentes

Études de cas, apports théoriques, législatifs, méthodologiques, mises en situation, travail en sous-groupe, jeux de rôles, vidéo

Remise d'un support écrit. Fin de stage : évaluation des acquis

### **Personnes concernées / Prérequis :**

Moniteurs d'Atelier, ETS

**Animation** : Ergonome ou Ergothérapeute ou formateur PRAP

**Nombre de participants** : 12 personnes maxi

**Durée** : 3 jours, soit 21 heures

## INTRA

Cette formation peut être organisée dans votre établissement avec un tarif groupe.



## **PROGRAMME** *Catalogue 2025*

- ▶ Les enjeux de la prévention
  - définition de la prévention
  - les conséquences d'un accident de travail
  - notion d'un accident de travail, de trajet et maladie professionnelle
  - les EPI
  
- ▶ Le risque
  - définition du risque
  - identification des risques sur son poste de travail : les 17 risques INRS
  - les risques psychosociaux
  - le mécanisme d'apparition du dommage
  - le Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels (DUERP)
  
- ▶ Le corps humain
  - la colonne vertébrale
  - les limites du corps humain
  - les amplitudes articulaires
  
- ▶ Les troubles musculo-squelettiques
  - définition des TMS
  - facteurs de risque des TMS
  
- ▶ Exercices pratiques
  - les principes de sécurité et d'économie d'effort
  - analyse d'une situation de travail dangereuse avec la grille ITAMAMI
  - les pistes de solutions.

