



FORMATION EN PRÉSENTIEL

# APPROCHE ERGONOMIQUE / GESTES ET POSTURES



Mise en oeuvre

**Alternance théorie/Pratique**



Modalité

**Présentiel**



Effectif par session

**4 mini > 12 maxi**



Durée

**7 heures / 1 jour(s)**

## OBJECTIF

- S'initier à la démarche de repérage des risques pouvant entraîner des douleurs physiques afin de participer à leur prévention;
- Connaître des principes de sécurité et d'économie d'effort permettant de limiter l'impact des postures contraignantes sur le corps humain.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Identifier les postures pouvant provoquer des atteintes à la santé en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- Être capable de décrire une situation de travail pouvant porter atteinte à la santé dans la cadre de l'activité physique
- Être capable de mettre en oeuvre et d'appliquer des principes de sécurité et d'économie d'effort dans des situations de travail

## PUBLIC CONCERNÉ

tout public

## PRÉ-REQUIS

- aucun

**Tarif**

**130 € NET**  
par participant  
**850 € NET**  
par groupe

**Réf.**

**PRO-000019**

**Formulaire  
d'inscription**

[INSCRIPTION DIRECTE](#)  
ou sur  
<https://www.gps-bretagne.bzh/devis-inscription/>

**Contact**

0222551530  
[contact@gps-bretagne.bzh](mailto:contact@gps-bretagne.bzh)  
[www.gps-bretagne.bzh](http://www.gps-bretagne.bzh)



# PROGRAMME

-  
Partie 1:

- Définir la prévention des risques liés à l'activité physique et leurs enjeux
- Définition des indicateurs accident de travail, de trajet et maladie professionnelle
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites articulaires
- Observation d'un poste de travail (en situation réelle si possible)

Partie 2:

- Les facteurs de risques pouvant agir sur une situation de travail: identifier les aspects techniques, organisationnels et humains
- Les principes de sécurité et d'économie d'effort dans les situation de travail ou de manutention (travail des postures sur le poste de travail)
- Bilan

## LES PLUS

Formation répondant à l'article Article R454-1-8 du code du travail. La formation est axée sur la participation active des stagiaires.

<b>RESPONSABLE PEDAGOGIQUE</b>	<b>INTERVENANT(S)</b>	<b>ÉVALUATION</b>	<b>ATTRIBUTION FINALE</b>
Philippe GOSELIN	Formateur PRAP certifié INRS	Vérification des compétences acquises par la pratique en ateliers d'application	Attestation de formation