

Formation Initiale en Gestes & Postures au Travail



Avant-propos



Vos attentes :

- Durant ces dernières années la tertiarisation a pris le pas sur les activités industrielles et agricoles, cependant la proportion de salariés confrontés à un travail physique reste importante. Ainsi près de **40%** des salariés se disent exposés à au moins une contrainte physique intense.
- Les statistiques des maladies professionnelles reconnues et ayant fait l'objet d'un premier règlement en **2010** indiquaient que **85%** d'entre elles étaient liées à des activités physiques au travail. Les atteintes de l'appareil locomoteur principalement liées aux activités physique représentaient à elles seules **50%** des accidents du travail.
- Du fait que les troubles musculosquelettiques constituent la première maladie professionnelle reconnue en France et dans d'autres pays européens. Ils représentent un coût financier important pour les entreprises et la société.
- De ce fait, Vous envisagez d'effectuer une formations obligatoires aux gestes & postures (Manutention Manuelle) et à la prévention des risques liés à l'activité physique. Au delà de la conformité au Code du Travail et de la recommandation de l'INRS, vous souhaitez une formation de votre personnel qui manipule et manutentionne sur leur poste de travail. Vous souhaitez également une croissance de votre production, une diminution de vos AT/MP ainsi que d'éventuelle TMS.

Objectif & compétences visés de la formation



À l'issue de la formation et en cohérence avec la démarche de prévention de l'entreprise ou de l'établissement, le participant devra être capable de mettre en oeuvre efficacement ces dernières ainsi que :

- L'acquisition des connaissances nécessaires pour préserver des risques professionnels et maladies professionnelles.
- De décrire les origines et les conséquences des principaux accidents dorsolombaires et troubles musculo-squelettiques.
- De définir, d'adapter et d'appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts en fonction de la situation.
- De proposer toute idée d'amélioration du poste de travail.

Le domaine d'application :

« Références & textes réglementaires »

Finalité de la formation



La formation à la prévention des risques liés à l'activité physique s'inscrit à une obligation code du travail. La formation « Gestes & Postures » permet de former l'ensemble de vos collaborateurs, mais en aucun cas, ne remplace la formation « PRAP » conformément aux exigences des CARSAT/CRAMIF et de l'INRS.



Article **L.6313-1**, le présent stage entre dans le cadre des actions de prévention document Référence PRAP de l'INRS relative **V9-01/2021**

Conditions de l'INRS **ED 886 & ED 902**

Formation de prévention en matière de manutention manuelle conforme au décret n° **92** du **03/09/1992** prenant effet le **01/01/1993**

Circulaire **CIR 150/2003** et **CIR 53/2007**

Code du travail:

Durée

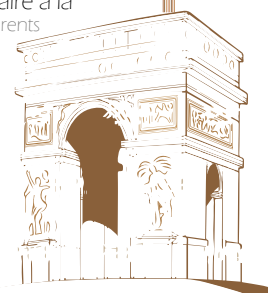


Il est d'une durée d'un minimum **07 heures** de face à face pédagogique. Il est convenu d'ajouter le temps nécessaire à la spécificité de la profession et de l'entreprise. « Des durées indicatives des phases de formation, peuvent être détaillées dans les différents référentiels sur demande ».

Modalités d'organisation de la formation



Ces modalités, mise en place par l'INRS et le document de référence du dispositif **PRAP - V9 - 01/2021** de l'INRS, sont appliquées, contrôlées par les formateurs de **PREVACS GROUPE** et adaptés aux risques spécifique de l'entreprise et à votre organisation de travail.



PREVACS GROUPE - WS CONSULTING - SASU au capital de 1 000€

- 66, avenue des Champs-Élysées - 75 008 PARIS - Téléphone: +33 674 457 218 - mail@prevacs.com - wissam@prevacs.com - www.prevacs.com

Siret n° 891 999 849 00013 - Code APE 8559A - T.V.A. intercommunautaire N° FR 31891999849 -

Entité habilitée SST de niveau 1 par l'INRS sous le N°1560158/2021/SST-01/O/12 -

Enregistré sous le numéro en 11 75 61 403 75. Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état

Qui sont les bénéficiaires de cette formation ?

« public »

Ce dispositif de formation, concerne les salariés de l'entreprise et à réaliser les activités suivantes:

- Manutentions manuelles et/ou des manipulations
- Présentant un risques professionnels spécifiés et inscrit au document unique d'évaluation des risques professionnels
- Les travailleurs nouvellement embauchés
- Ceux qui changent de poste ou de technique
- Travail sur écran ou une activité bureautique « partie optionnelle »

Quelles sont les modalités d'accès à cette formation ?

« Conseil »

L'accès à cette formation ne nécessite, en générale, aucune exigence ou conditions pour suivre la formation pour « **Apprendre les bons Gestes & Postures** ». Cette formation est accessible également aux personnes en situation d'handicap.



Caractéristiques pédagogiques et administratives de l'action de formation

Elle s'adresse à un groupe de **04 à 10 participants/session**.

Au delà de **10 participants**, les durées de formation devra être doublée. Un formateur pour **10 participants**. 2 formateurs pour **11 personnes**.

Revenir à la fiche d'inscription « Réf : v.1-FIG ou v.1-FII » qui vous sera demandée.

Le délai d'inscription de ladite formation doit être prévu **au moins 10 jours avant**, due faite d'une déclaration d'ouverture de session obligatoire **auprès de l'INRS** est nécessaire, et afin de mener à bien notre mission.

Contact d'information & d'inscription:

WS CONSULTING - PREVACS GROUP 66, avenue des Champs-Élysées

75 008 PARIS

Tél.: **+33(0) 674 457 218 -**

Courriel: info@prevacs.com

Encadrement



Qualification des formateurs

Les séquences de formation sont animées par des intervenants spécialisés dans les domaines de la Prévention des risques lié à l'activité physique & aux gestes et postures.

Ils sont titulaires des diplômes de formateur et certifications « **INRS** », exigés par la réglementation, également, titulaire du **Certificat PRAP** ainsi que **Certificat EPI/GSF** du **CNPP**.

Ils disposent d'une solide expérience dans le secteur de la Prévention des risques lié à l'activité physique. Ils possèdent des qualités pédagogiques d'animation leurs permettant de transmettre efficacement leurs connaissances, leurs savoir faire et le retour d'expérience aux stagiaires.

La coordination et le suivi pédagogique est assurée par un responsable formation spécialisée dans la prévention et la maîtrise des risques professionnels et disposant lui-même d'une expérience professionnelle significative dans le domaine.

Moyens et méthodes pédagogiques



La pédagogie proposée alterne selon la nature des objectifs pédagogiques de chacune des séances entre des méthodes expositives, des méthodes maïeutiques et des méthodes réflexives.

La pédagogie proposée sur cette formation, alterne les approches démonstratives, applicatives, actives et expérientielles.

La formation s'appuie sur des méthodes pédagogiques variées et interactives visant à capter l'attention des stagiaires et à optimiser leurs apprentissages. A ce titre, elle comprend non seulement des séquences théoriques indispensables à l'acquisition de connaissances techniques, réglementaires mais aussi des séquences pratiques permettant de mettre en application les gestes technique de premiers secours enseignements dispensés et d'acquérir les compétences visées (apprentissage du geste, mises en situations etc...)

Moyens pédagogiques mis en place par PREVACS GROUPE

La première demi-journée de la première journée de formation, se déroulent dans des salles de formation équipées de vidéo projecteur, d'un écran blanc et de paperboard.

A partir de la deuxième demi-journée de formation, nous alternons débat, échange et la formation mobilise l'ensemble des participants à élaborer la démonstration pratique, des gestes techniques dans des situations précises et met en place des ateliers, avec la mise en place de jeu de rôle pendant la formation. Dans certains scénarios, en accord avec l'entreprise et quand le contexte de la formation le permet, nous mettons en situation directement aux postes de travail et en fonction des risques liés à l'entreprise afin de mettre en place certaines conduite à tenir plus réaliste.

Moyens pédagogiques mis en place par vos soins «en intra»

Lors de formation au sein de vos locaux, une organisation bien particulière est nécessaire au bon déroulement de la formation.



Salle de formation permettant la théorie et/ou la pratique équipée de fenêtres et de tables que l'on peut déplacer et de chaises. Permettant une distanciation de **2m** au minimum.

Sans oublier l'incontournable accueil Nespresso de **PREVACS GROUPE** auprès de nos participants!

Chaque participant devra se présenter avec son propre équipement



Modalités d'évaluation de la formation

Elle est réalisée, à partir, de la mise en place d'une situation de travail simulée, suivi le cas échéant, d'une analyse avec le formateur.

Le candidat devra montrer sa capacité en mettre en œuvre l'intégralité des compétences lui permettant d'observer et d'analyser efficacement face à une situation proposée.

Avec comme support, la mise en situation de travail, le candidat devra répondre à un questionnaire simple, portant sur sa connaissance du cadre réglementaire de l'activité physique et ses compétences en matière de prévention.

Mode de validation

Après l'évaluation des stagiaires, la vérification par le formateur des informations enregistré concernant la session et les stagiaires et à l'enregistrement des résultats à l'issue de la formation.

Cette dernière sera validé par une attestation de fin de formation délivré par l'entité **PREVACS GROUPE**. Seuls les candidats qui ont suivi la totalité de la formation dans son intégralité, pourront prétendre à l'obtention de cette dernière.

Indicateurs	Taux 2023	satisfaction des stagiaires :	100 %
		d'obtention des stagiaires en :	100 %

Maintien & actualisation des compétences de la formation

Cette formation est à renouveler autant de fois que nécessaire, cependant au même titre que la PRAP, il est fortement recommandé de compléter cette formation par la formation Acteur PRAP-IBC, ou tous les 2 ans, à ce juste titre et avant la fin de cette période, le participant devra suivre une session de **maintien et actualisation des compétences** afin de prolonger la validité de ces **connaissances de 24 mois**.

Présentation des domaines de compétences à maîtriser

Les domaines de compétences définissent l'architecture du socle des aptitudes nécessaires pour que les travailleurs puissent intervenir en garantissant leurs santés et celle des personnes présentes dans l'environnement de l'intervention. Elles sont définies et traduites en compétences professionnelles.

Les domaines de compétences de la gestion d'évacuation

Domaine de compétences 1	Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise
Domaine de compétences 2	Observer et analyser sa situation de travail on s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes attentes à la santé susceptible d'être en cours.

Programme & référentiel de formation détaillé

Domaine d'activité & de Compétences accompagné de son organisation
« Analyser & Appliquer les bons Gestes & Postures - **FIGP** »

09h20

ACCUEIL DES STAGIAIRES

Petit-déjeuner
Présentation de PREVACS & du stage.
Remise des documents stagiaires.
Consigne de sécurité sur le site.

09h30 RÉFÉRENTIEL D'ACTIVITÉ

Organisation de la prévention dans l'entreprise

- Les enjeux.
- Les acteurs interne & externe.
- Principes généraux de prévention.
- Connaître les risques de son métier

Identifier les accidents:

- Les chiffres.
- Les principales causes d'accidents.
- Les lésions lors de manutention manuelle

Connaitre les notions d'anatomie & ergonomie du poste de travail.

- Le squelette - le système nerveux - les muscles
- La colonne vertébrale « vertèbres - disques & noyaux »

Réaliser les efforts & les conséquences sur le corps humain

- Les différentes pathologies:
 - Lumbago,
 - Lumbago aiguë,
 - Sciatique,
 - Hernie discale,
 - Tassement de vertèbres.

12h30

Information et identification de Troubles Musculo-squelettiques « TMS » « optionnelle »

13h30

RÉFÉRENTIEL DE COMPÉTENCE

Se protéger en respectant les principes de sécurité physique & de l'économie de l'effort

- Bien se placer & se déplacer
- Bien se baisser & se relever
- Mettre en place les bonne postures adaptées au poste de travail.
- Les transferts de poids
- Priorisation des moyens techniques

Mise en application générale & sur chacun des postes de travail.

Adopter les bonnes postures & pratiquer les bons gestes.

- Les échauffements avant l'effort & aux quotidiens
- Mise en place des principes de l'économie de l'effort.
- Les exercices qui soulagent & les étirements
- Proposer des pistes d'améliorations à son poste de travail & remonter l'information.

RÉFÉRENTIEL D'ÉVALUATION

- Évaluation en contrôle continue..

Synthèse / Évaluation du stage

17h30

Fin de formation.



Modalité tarifaire de ladite formation

Ladite formation est accessible conformément à vos desideratas à partir de **95€ H.T. /personne**. Pour un ou plusieurs groupes, en fonction de la spécificité, **il vous sera adressé une proposition personnalisée.**