



# Sensibilisation aux GESTES ET POSTURES

## Public concerné

L'ensemble du personnel  
Pré-requis : Aucun

## Renseignements pratiques

Durée : 4 heures (en présentiel)  
Accessibilité aux personnes en situation de handicap : oui

## Moyens pédagogiques

**Matériel** : Vidéoprojecteur, matériel de manutention et mannequin Bébert, salle spacieuse, chaises...

**Intervenant** : 1 formateur PRAP-IBC à jour de son recyclage (MAC formateur PRAP-IBC)

**Evaluation** : Formative  
Cette sensibilisation n'entraîne pas la délivrance d'un certificat ou d'un diplôme.

**Attestation** : Une attestation d'assiduité sera délivrée à chaque participant.

**Documentation** : chaque participant reçoit un dépliant sur la manutention de charges

## Planification, délai et tarif

**Intra-entreprise** : A la date de votre choix, sous un délai d'un mois minimum, formation dans vos locaux (prévoir une salle spacieuse pour la pratique)

**Tarif** : 450 € Net de taxes par groupe de 6 à 10 participants maximum.

**Inter-entreprises** : Pas de programmation pour ce type de formation

## Objectifs

Analyser une situation de travail afin de repérer les situations à risque. Connaître les principes de sécurité physique et d'économie d'effort afin de manipuler des charges en toute sécurité pour sa santé.

## Déroulé pédagogique

### **Partie 1 : Situer son rôle d'acteur de la prévention dans son entreprise**

- Comprendre l'intérêt de la démarche de prévention.
- Connaître les risques de son activité professionnelle

### **Partie 2 : Connaître les risques de son activité professionnelle**

- Comprendre le phénomène d'apparition du risque
- Repérer les situations de travail dangereuses, ou pouvant entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

### **Partie 3 : Identifier les différentes atteintes à la santé en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain**

- Connaître le fonctionnement du corps humain et repérer ses limites.
- Identifier les différentes atteintes et ses conséquences sur la santé.

### **Partie 4 : Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé**

- Identifier et caractériser les risques

### **Partie 5 : Manutention des charges**

- Appréhender les limites des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort dans la manutention manuelle.
- Savoir réaliser les gestes appropriés et utiliser les aides techniques mis à sa disposition sans risques pour sa santé.

## Renseignements

### **Ecole de Secours et de Sauveteage d'Indre-et-Loire**

28, boulevard Richard Wagner - 37000 TOURS

☎ 02 34 37 43 33 - ☎ 06 71 26 08 37 - 🌐 [www.ess37.fr](http://www.ess37.fr)



Habilitation INRS 1487436/2020/Prap-IBC-01/O/11

SIRET : 412 657 785 00017 - Code APE : 8559B

Organisme de formation enregistré auprès du Préfet de la Région Centre sous le numéro 24 37 02532 37

