



JANVIER 2025

Gestes et Postures

N2 (07h00)

POURQUOI RÉALISER UNE FORMATION GESTES ET POSTURES EN MANUTENTION ?

Les employés exécutant de la manutention manuelle de charges sont amenés à effectuer de nombreux efforts physiques, avec des gestes spécifiques. De mauvaises postures répétitives, avec des sollicitations excessives de certaines parties du corps, sont défavorables : elles peuvent nuire à la santé et constituent une véritable pénibilité professionnelle. La formation gestes et posture manutention permet de prévenir les risques liés aux opérations de manutention avec des solutions ergonomiques.

Lorsque le métier comporte des manutentions manuelles, une formation à la prévention des risques liés à l'activité professionnelle est indispensable. Une partie théorique, sur le fonctionnement du corps humain, et une mise en situation, avec les gestes appropriés et les bons réflexes à prendre (flexion sur les jambes), ont pour effet de sensibiliser aux risques d'accidents et de TMS (troubles musculosquelettiques).

LES RISQUES DES MÉTIERS DE LA MANUTENTION

Les gestes répétitifs et une mauvaise position peuvent avoir des répercussions au niveau des membres supérieurs et des membres inférieurs et provoquer, dans certains cas, une maladie professionnelle ou un accident du travail.

En manutention, le mal de dos, à la nuque ou aux épaules est fréquent et est généralement en lien avec une mauvaise ergonomie au travail. Les salariés sont en proie à des douleurs musculaires, au niveau des tendons, des ligaments et des articulations. Ces douleurs ne doivent pas être prises à la légère, car elles sont parfois des signes de TMS comme :

- Les lombalgies, des douleurs localisées sur les vertèbres lombaires
- Les cervicalgies, des douleurs localisées sur les vertèbres cervicales
- Le syndrome du canal carpien au poignet
- Les tendinites



Gestes et Postures

LES BIENFAITS DE LA FORMATION GESTES ET POSTURES MANUTENTION SUR LA SANTÉ AU TRAVAIL

La formation gestes et postures manutention propose des pistes d'amélioration des conditions de travail : les salariés doivent acquérir les bons gestes et les bonnes postures et être capable d'effectuer un repérage des situations dangereuses grâce à des exercices pratiques. Limiter au mieux les efforts excessifs avec une bonne gestuelle et une posture de sécurité permet de :

- Réduire les risques d'accidents du travail
- **Réduire les arrêts maladie**
- Réduire le turn-over et l'absentéisme
- Atténuer la fatigue
- Améliorer la productivité

GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Connaître les risques liés aux gestes et postures de travail
- Connaître les bases de l'anatomie pour mieux comprendre les problèmes de santé liés aux gestes et postures
- Appliquer les principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Éviter et prévenir les TMS (Troubles Musculo Squelettiques)

PROGRAMME

1. Théorique 40%

- Les chiffres clés des atteintes à la santé liées à l'activité physique professionnelle
- Le coût des TMS et ses enjeux
- Le fonctionnement du corps humain et ses limites
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- Les facteurs de risque d'origine biomécanique, psychosocial et ceux liés à l'environnement physique

2. Pratique 60 %

- Exercices pratiques sur les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Exercices avec échanges sur le poste de travail des stagiaires

MOYENS PÉDAGOGIQUES

Alternance d'exposés théoriques et d'exercices pratiques, durant lesquels les stagiaires se familiariseront avec les phases d'observation, d'analyse, de plan de progrès et d'actions correctives de la démarche de prévention des risques liés à l'activité physique sur son poste de travail.

Équipe pédagogique

Formateur spécialisé en gestes et postures et/ou formateur issu du secteur du transport sanitaire

Moyens pédagogiques et techniques

- Projection Powerpoint, PaperBoard et vidéos pédagogiques
- Exposés théoriques interactifs
- Mise en situation et cas concrets sur les pratiques de sécurité physique et de l'économie d'effort
- Pour nos formations gestes et postures manutention, tous nos supports de formation sont adaptés en fonction de votre entreprise et de votre secteur d'activité. Pour personnaliser la formation, nous nous déplaçons dans vos locaux afin de faire un audit.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence
- Mises en situation
- Formulaire d'évaluation de la formation

DURÉE

07h00

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Groupe de 4 à 10 personnes

PUBLIC VISÉ

Toute personne étant amenée dans le cadre de son activité à manipuler des charges et/ou à effectuer des mouvements répétitifs.

LIEU DE LA FORMATION

Dans vos locaux partout en France

PRÉ-REQUIS

Aucun

TARIF A PARTIR DE

1050€ TTC

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Délais de mise en œuvre minimum 2 mois

GESTES ET POSTURES

MOYENS D'ÉVALUATION DES ACQUIS DE LA FORMATION

Attestation de formation délivrée à l'issue de la formation

Modalités d'obtention

Obtention de l'attestation par réalisation présentielle de la formation et participation aux mises en situation

Pour connaître l'accessibilité de la formation aux personnes à mobilité réduite, nous contacter

CONTACTEZ-NOUS

1, av des Hauts de la Chaume
86280 Saint-Benoit

05.32.09.14.21

anne.delvert@harmonie-ambulance.com

www.harmonie-ambulance.com

CONDITIONS GENERALES DE VENTE DE L'ORGANISME DE FORMATION

Les présentes conditions générales de vente (ci-après « CGV ») ont pour objet de définir les conditions contractuelles selon lesquelles Harmonie ambulance, organisme de formation reconnu, dispense dans le cadre de ses activités à un client toute action de formation quelles que soient les modalités d'accès, à destination de ses salariés (ci-après les stagiaires).

Le fait de passer commande implique l'adhésion entière et sans réserve du client aux présentes CGV. Toute condition contraire et notamment toute condition générale ou particulière opposée par le client, ne peut, sauf acceptation formelle et écrite d'Harmonie ambulance, prévaloir sur les présentes CGV et ce, quel que soit le moment où elle aura pu être portée à sa connaissance.

Le fait qu'Harmonie ambulance ne se prévale pas à un moment donné de l'une des présentes CGV ne peut être interprété comme valant renonciation à s'en prévaloir ultérieurement. Les présentes CGV peuvent être amenées à évoluer. Harmonie ambulance se réserve le droit de modifier les CGV à tout moment.

Les actions de formation sont soumises aux CGV en vigueur au moment de la validation de la commande par le client. En cas de conflit entre les stipulations des éventuelles conditions particulières et les CGV, les stipulations des éventuelles conditions particulières prévalent.

PRESTATIONS

Les actions de formation concourant au développement des compétences envisagées entrent principalement dans l'une ou l'autre des catégories prévues à l'article L.6313-1 du Code du Travail.

1. Les actions de formation ;
2. Les bilans de compétences ;
3. Les actions permettant de faire valider les acquis de l'expérience (VAE), dans les conditions prévues au livre IV de la présente partie
4. Les actions de formation par apprentissage, au sens de l'article L.6211-2
5. Les actions de formation concourant au développement des compétences s'adressent à toutes les catégories de personnel de l'entreprise du client.

Toute action de formation donnera lieu à la signature des documents contractuels conformes aux dispositions légales.

LOCAUX

Les actions de formation en présentiel se déroulent dans les locaux du client.

Le client met à disposition du formateur une salle de formation qui respecte les normes d'hygiène et de sécurité en vigueur, ainsi que tout équipement, matériel et fourniture nécessaire au bon déroulement de l'action de formation selon une liste qu'Harmonie ambulance lui aura transmis au préalable.

COMMANDE

Harmonie ambulance confirme la commande dès réception et des CGV signées par le client et de la convention de formation signée par le client.

Harmonie ambulance se réserve le droit de modifier ses prix et ses frais à tout moment mais les actions de formation seront facturées au client selon les tarifs en vigueur au moment de la confirmation de la commande.

Les prix des actions de formation sont indiqués sur chaque offre tarifaire en euros nets de taxe.

Les frais de restauration, les frais de déplacement du personnel d'Harmonie ambulance, ainsi que le coût de transport du matériel, de location de salle si la formation se déroule hors des locaux du client, restent à la charge du client et lui seront facturés forfaitairement en sus des frais pédagogiques.

DISPOSITIONS PEDAGOGIQUES

Si le client souhaite qu'un tiers-financeur prenne en charge le règlement de l'action de formation, il lui appartient de le mentionner à l'organisme de formation Harmonie ambulance.

En cas de prise en charge partielle par un tiers financeur, le client s'acquittera du solde du coût de la formation. En tout état de cause, si l'accord de prise en charge par le tiers-financeur du montant de l'action de formation n'est pas reçu par Harmonie ambulance au début du stage, le client sera facturé de l'intégralité du coût. Il appartiendra au client d'entreprendre les démarches à l'égard du tiers-financeur.

Hors prise en charge par un tiers-financeur, le client s'engage, sauf dispositions particulières indiquées ci-dessous, à procéder au paiement du montant des prestations à trente jour calendaires à la fin du mois à réception de la facture.

Toute somme non payée à l'échéance donnera lieu au paiement par le client des pénalités de retard à un taux égal au taux d'intérêt appliqué par la Banque Centrale Européenne à son opération de financement la plus récente, majorée de dix points de pourcentage (article L441-10 du Code de Commerce). Ces pénalités sont exigibles de plein droit dès l'issue au délai de trente jours à compter de l'émission de la facture. En outre, tout retard de règlement donnera lieu au paiement d'une indemnité forfaitaire pour frais de recouvrement d'un montant de quarante euros. Lorsque les frais de recouvrement exposés sont supérieurs au montant de cette indemnité forfaitaire, Harmonie ambulance peut demander une indemnisation complémentaire.

OBLIGATIONS GENERALES DU PRESTATAIRE

Harmonie ambulance est tenue à une obligation de moyens.

A ce titre, elle s'engage à :

- Mettre en œuvre l'ensemble des moyens précisés dans le programme de formation en vigueur au moment de la contractualisation afin de permettre aux participants d'atteindre les objectifs pédagogiques préalablement identifiés.
- Animer le contenu de l'action de formation dans les délais prévus et selon le programme défini

REPORTS ET ANNULATION

Si une annulation intervient :

- Dans un délai supérieur à 10 jours calendaires, Harmonie ambulance ne facture, directement au client, que les frais engagés pour la réalisation de ladite action de formation.
- Dans un délai inférieur ou égal à 10 jours calendaires avant la date début de la prestation, Harmonie ambulance facture, directement au client, la totalité du prix de la prestation.
- Après le début de la prestation, en cas d'absentéisme ou d'abandon, Harmonie ambulance facture directement au client la totalité du prix de la prestation.

En cas de report de la formation ou de son annulation du fait d'Harmonie ambulance, un report de l'action, formalisé par avenant, peut être envisagé d'un commun accord entre les deux parties.