santé famille retraite services

# Formation Animateur Gestes et Postures

**(Prévention des Risques liés à l'Activité Physique)**

***assurée par le Service Prévention des Risques Professionnels***

santé - sécurité au travail

www. msa-alpesvaucluse.fr

## *Animateur Gestes et Postures*

**Nous avons tous les jours des activités qui sollicitent notre dos et nos articulations.**

**Pour prévenir le mal de dos, vous pouvez agir concrètement au sein de votre entreprise en formant un animateur gestes et postures.**

**Durée** :
2 jours

**Dates de la prochaine session :**
A la demande

**Lieu :**
**A définir**

**Formateurs :**
Annie LEGOFF
Richard TREMBLAY
*Conseillers en Prévention des Risques Professionnels*

**Inscriptions limitées à 12 personnes**

## A l'issue de la formation, votre animateur aura :

- des notions et des supports techniques pour former et accompagner ses collègues aux gestes de prévention dans le port de charges.
- des notions pour comprendre les principales contraintes aux postes de travail.
- des pistes de solutions pour améliorer la prévention aux postes de travail de manutention.

***Nos Plus Sécurité !***

➔ *Une clé USB avec :*

*- Des supports pédagogiques pour former les salariés de l'équipe,*
*- De nombreux documents techniques avec des exemples d'aménagements,*
*- Des films d'animation.*

➔ *De la documentation à remettre aux salariés*

➔ *Intégration de l'animateur au réseau.*

## Public concerné :

Encadrant /Chef d'équipe

## Pré- requis :

- **D**isponibilité.
- **E**coute.
- **I**ntérêt pour la prévention des risques professionnels et du dos en particulier.
- **G**oût pour la formation auprès des collègues.

## Programme :

- Les principales notions sur la colonne vertébrale et les articulations.
- Les principaux principes d'économie d'effort.
- Quelques notions d'ergonomie pour comprendre les postes de travail et l'activité.
- De nombreuses séances pratiques pour acquérir les gestes d'économie avec films et échanges avec le groupe.
- Des séances pratiques sur la pédagogie de l'apprentissage des gestes aux membres de l'équipe.

**Pour vous inscrire : 04 92 40 11 65**