

## KURSUS FORMATION

11 avenue des peupliers

35510 Cesson-Sévigné

Email : s.alami@kursus-formation.com

Tel : 02.22.51.31.81



# Gestes et Postures

Action de formation

**Durée:** 7.00 heures (1.00 jours)

Attestation suivi de formation

### Profils des apprenants

- Salarié intervenant dans le domaine de la propreté et des services associés réalisant des gestes techniques
- Personne en reconversion professionnelle.
- Demandeur d'emploi.
- Agent de propreté en collectivité.
- Salarié en insertion.
- Formation accessible aux personnes en situation de handicap

### Prérequis

- Comprendre et parler le français

## OBJECTIF (S) pédagogiques

- Appréhender les gestes et postures fondamentaux
- Intégrer les gestes spécifiques au personnel d'entretien
- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liées aux activités physiques,
- Participer à l'amélioration des conditions de travail
- Eviter les TMS et intégrer les préconisations de l'INRS

## CONTENU de la formation

- Analyse des accidents de travail liés aux manutentions manuelles, Formation aux techniques gestuelles et à l'attitude aux postes de travail
  - Notions d'anatomie et de physiologie
  - Mise en évidence des risques potentiels d'accidents (osseux, musculaires, articulaires) par l'apprentissage du verrouillage lombaire et des postures invariantes
  - Techniques gestuelles par le principe d'économie d'effort et de sécurité physique
  - Analyse des attitudes au poste de travail
  - Ergonomie

KURSUS FORMATION | 11 avenue des peupliers Cesson-Sévigné 35510 | Numéro SIRET : 47799877700031 |

Numéro de déclaration d'activité : 53350784935 (auprès du préfet de région de : Bretagne )

*Cet enregistrement ne vaut pas l'agrément de l'État.*

# KURSUS FORMATION

11 avenue des peupliers

35510 Cesson-Sévigné

Email : s.alami@kursus-formation.com

Tel : 02.22.51.31.81



- Techniques spécifiques au personnel d'entretien
  - Utilisation du matériel de nettoyage
  - Utilisation du matériel de nettoyage mécanisé
  - Le nettoyage des sanitaires
  - Le nettoyage des parties communes
  - Nettoyage des classes de cours
- Mise en place d'un plan de traitement
  - Analyse du poste de travail
  - Proposition d'aménagements et de conseils
  - Les gestes à éviter

## ORGANISATION de la formation

### Équipe pédagogique

#### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Quiz en salle \_ QCM
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.

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

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation professionnelle
- Certificat de réalisation de l'action de formation.
- Ateliers participatifs - jeux de rôle