

## Formation Gestes et Postures

### Contexte :

Cette formation vise à vous apporter des connaissances sur les TMS (Troubles Musculo-squelettiques) et les gestes à adopter pour les prévenir. Elle s'adresse à toutes les personnes, qui souhaitent appliquer des méthodes de travail favorisant le respect du corps et l'adaptation de leur poste de travail.

### Objectifs de la formation :

- Constater la prévalence des TMS dans son activité professionnelle
- Comprendre l'étiologie des TMS spécifiques à mon activité
- Adopter les mesures de prévention individuelles et collectives

### Public concerné :

Salariés polyvalents d'exploitation agricole, salariés d'entreprise du paysage et de collectivités, particuliers.

### Pré-requis des participants :

Avoir 18 ans, savoir lire et écrire.

### Contenu :

- Connaître les enjeux, le contexte et les risques professionnels (TMS) potentiels
- Savoir identifier les causes des TMS dans chaque activité/tâche réalisées
- Connaître les mesures préventives individuelles et collectives
- Mettre en application les règles des gestes et postures

### Moyens pédagogiques :

Apports théoriques

Mise en situations professionnelles : adapter ses pratiques aux règles des gestes et postures présentées par le formateur.

### Intervenants :

Fabien BERNARD formateur en Prévention, santé, sécurité et environnement

### Responsable de la formation :

Maud FERNANDEZ, Chargée d'ingénierie au CFPPA de GRENOBLE ST ISMIER

### Mode de validation des acquis :

Attestation de formation et certificat de réalisation

**Durée**

10,5 heures soit 1,5 jours

**Dates**

Voir planning des formations courtes

**Lieu**

CFPCA de SAINT ISMIER

**Tarifs**

Voir grille tarifaire en cours sur le site internet du CFPCA :

[www.campus-si.educagri.fr](http://www.campus-si.educagri.fr)