

# GESTES ET POSTURES

## Demande d'action de prévention

### **PUBLIC :**

Tout salarié de l'entreprise, volontaire ou désigné dans tout secteur d'activité parmi les adhérents de l'AMETRA 06.

### **OBJECTIFS :**

- Etre acteur des actions liées à la prévention des risques professionnels
- Transmettre des méthodes et attitudes physiques applicables au poste de travail
- Créer une dynamique participative autour des conditions de travail

### **METHODES PEDAGOGIQUES :**

Intervention adaptée à chaque contexte professionnel :

- En prenant connaissance des pratiques professionnelles et des conditions de travail lors d'une observation préalable.
- En illustrant les principes de base qui permettent de réduire les risques liés à l'activité physique à l'aide de situations concrètes.
- En permettant un partage des expériences de travail entre stagiaires.

### **MODALITES PRATIQUES :**

- **Lieu d'intervention :** Dans les locaux de l'entreprise
- **Documentation :** un support écrit sera remis à chaque participant
- **Effectif :** groupe de 8 à 10 personnes
- **Durée :** temps de visite dans l'entreprise + 1 jour d'intervention par groupe de salariés.
- **Prestation complémentaire de prévention :** sur la base de 586 € H.T. par jour (non imputable sur la participation formation professionnelle).

### **PROGRAMME :**

La prestation est composée d'une partie théorique et d'une partie pratique qui s'articulent autour de 6 chapitres.

- 1. Obligations de l'employeur :**
  - réglementation de l'employeur art. L4121-1 du code du travail.
  - adaptation du travail à l'homme (compromis gestes et postures)
- 2. Accidents liés à la manutention :** Définitions
  - de la manutention manuelle art. R4541-1 du code du travail
  - de l'accident de travail art. L411-1 du code de la sécurité sociale
  - de l'accident de trajet
  - de la maladie professionnelle art. L461-1 du code de la sécurité sociale
  - les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)
  - causes et conséquences
- 3. Notions d'anatomie, physiologie et pathologie :**
  - les muscles
  - le squelette
- 4. Sécurité et économie d'effort :**
  - prévention des risques
  - 6 principes de bases
  - gestes et postures dans la vie de tous les jours
- 5. Exercices d'application :**
  - pratique de la manipulation d'une charge
- 6. Conclusion :**
  - rappel de adapter le travail à l'homme (compromis gestes et postures)
  - je retiens et j'applique

## Inscription

Nom de l'entreprise : .....

Code adhérent : ..... Médecin du Travail : Dr .....

N° SIRET : .....

Adresse : .....  
.....

Tél. : ..... Date(s) d'intervention : .....

Montant de la prestation : ..... €

J'ai pris connaissance des conditions générales d'intervention et les accepte sans réserve.

Fait à ..... le .....

Nom et signature du Responsable

Cache