

20, rue Leconte de Lisle  
38029 Grenoble Cedex  
Tél. : 04 58 55 21 70  
Courriel : [emploicompetences@afiph.org](mailto:emploicompetences@afiph.org)  
[www.afiph-emploi-competences.org](http://www.afiph-emploi-competences.org)

## GESTES ET POSTURES : PRÉVENTION DES TMS

### Public :

- Tout salarié
- Aucune connaissance préalable n'est requise

### Rythme et tarif:

- 1 journée de 7 heures de formation
- Groupe de 10 à 15 stagiaires
- 100€ / jour / stagiaire
- Tarif Intra, nous consulter

### Modalités d'évaluation :

Attestation de formation / bilan de l'action suivie et questionnaire satisfaction qualité

### OBJECTIFS DE L'ACTION :

- Etudier et prévenir les risques d'apparition des maladies professionnelles et d'accidents du travail
- Etudier et appliquer les principes d'ergonomie sur le poste de travail
- Former les professionnels à manipuler des charges plus ou moins inertes

### DESCRIPTIF DE L'ACTION :

- Les stagiaires aborderont les principes des troubles musculo-squelettiques.
- Les stagiaires auront accès aux notions d'anatomie et de biomécanique.
- Les stagiaires apprendront à mettre en œuvre les principes d'ergonomie d'effort et de sécurité physique.
- La formation abordera la gestuelle optimale et réflexe dans la manipulation de charge.
- Les stagiaires aborderont les principes de manutention des personnes à mobilité réduite.

### MODALITES :

- La séance de formation comprendra des temps théoriques et des temps pratiques. Les mises en situation permettront aux stagiaires d'exécuter les bons gestes.

### INTERVENANTS :

- L'intervenant - formateur est un spécialiste de la prévention des risques et à jour de ses bases de prévention.