

## FORMATION

# GESTES ET POSTURES AU TRAVAIL - PRÉVENTION DES TMS – 2S

### Contexte de la formation :

Les transferts et la mobilisation de personnes s'effectuent soit au domicile, soit en établissement spécialisé et le plus souvent, seul.

Les conditions matérielles ne sont pas toujours idéales, et les risques de faire mal à la personne aidée ou de se faire mal sont importants.

Effectuer ces gestes dans de bonnes conditions nécessite une juste appréciation des risques, la connaissance des techniques et de bonnes postures.

### Objectifs pédagogiques :

- Étudier et prévenir les risques d'apparition des maladies professionnelles et d'accidents du travail
- Mettre en application les principes de sécurité physique et d'économie d'effort adaptés au secteur 2S
- Utiliser les capacités motrices de la personne aidée dans le but de garder le plus d'autonomie possible
- Contribuer à sa propre sécurité et celle de la personne aidée, utiliser une aide-technique adaptée
- Former les stagiaires à une gestuelle optimale et réflexe dans la manipulation de personnes à mobilité réduite ou en situation de handicap permanent ou temporaire.

### Références réglementaires :

**Création Décret n°2008-244 du 7 mars 2008 – art. (V)**

#### **Article R4541-8**

L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

#### **Article R4541-6**

Pour l'évaluation des risques et l'organisation des postes de travail, l'employeur tient compte :

1° Des caractéristiques de la charge, de l'effort physique requis, des caractéristiques du milieu de travail et des exigences de l'activité

2° Des facteurs individuels de risque, définis par arrêté conjoint des ministres chargés du travail et de l'agriculture

## **Délai d'accès :**

La date de début de formation sera envisagée au mieux en fonction de vos besoins, disponibilités, préférences et contraintes. Le délai de mise en place de la formation peut également dépendre du mode de financement choisi.

## **Modalités d'inscription :**

L'inscription est validée après la signature de la convention de formation.

Pour les particuliers, l'inscription est validée après la signature du contrat de formation.

## **Lieu de la formation :**

Au sein de vos locaux (intra).

## **Pré-requis :**

Aptitude Physique, toute personne étant amenée à aider ou manipuler une/des personne(s) à mobilité réduite ou en situation de handicap temporaire/définitif.

**Pour les personnes en situation de handicap merci de prendre préalablement contact avec nous pour définir les modalités de votre participation à cette formation.**

## **Encadrement :**

La formation est dispensée par Franck Ducq, formateur de l'organisme D2FFORMATIONS possédant plusieurs années d'expérience dans ce domaine (PRAP 2S-ALM/IBC).

L'intervenant est un formateur professionnel du secourisme et spécialisé en prévention des risques professionnels.

## **Le plus de la formation :**

- Sensibilisation des stagiaires aux risques liés à l'activité physique, avoir les bons gestes et les bonnes postures et agir de façon préventive au quotidien
- Visite de l'entreprise avec le formateur et repérage des postes à risques
- Réalisation par les stagiaires de plusieurs mises en situation sur les postes de travail
- Le programme varie et est adapté en fonction de l'établissement

## **Durée :**

**Au minimum 7 heures (1 jour)** de face à face pédagogique effectif auxquelles D2FFORMATIONS rajoute en tant que besoin le temps nécessaire pour traiter les conduites à tenir particulières liées aux risques spécifiques de l'entreprise.

## **Nombre de participants :**

Pour un groupe jusqu'à 10 personnes au maximum

## **Méthodes pédagogiques :**

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Cours théoriques sur vidéo projecteur
- Exercices pratiques sous le contrôle du formateur
- Mises en situation sur les postes de travail des participants (si possible)

## **Matériel :**

Vidéoprojecteur, matériels divers (articulation genou et vertèbres factices), caisse avec et sans poignées, drap de glisse.

### **Matériels à mettre à disposition du formateur pour le bon déroulement des exercices :**

1 lit médicalisé – 1 Fauteuil roulant – 1 lève-personne - 1 verticalisateur – 1 drap de glisse – 1 chaise.

Matériels utilisés par les stagiaires sur leur lieu de travail.

Aide-mémoire remis à chaque stagiaire en fin de formation.

## **Contenu de la formation :**

Après la présentation du formateur et des participants :

Présentation du programme aux stagiaires.

## **Programme théorique :**

- Les accidents du travail et maladies professionnelles
- Le risque, le danger, la situation dangereuse
- La prévention, la protection
- Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie
- Notions sur le fonctionnement du corps et l'apparition des TMS
- Introduction sur les troubles Musculo-Squelettiques (TMS)
- Les différentes aides-techniques

## **Programme pratique :**

- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Les mouvements naturels et guidance verbale
- Les aides-techniques et leur utilisation
- Les divers transferts avec et sans aide-technique
- Mise en situation des participants (Situations à Résolution de Problèmes)
- Étude de tâches sur postes de travail
- Gestes de la vie quotidienne : la santé ne s'arrête pas au travail

## **Évaluation de la formation :**

- Mise en situation et exercices pratiques
- QCM en fin de formation

## **Validation de la formation :**

Une attestation de fin de formation est délivrée à chaque participant ayant suivi la totalité de la formation et ayant participé aux exercices théoriques et pratiques.

## **Tarifs :**

Nous consulter au **06 70 70 93 79** ou par mail [d2fformations@gmail.com](mailto:d2fformations@gmail.com)

TVA non applicable, art.293B du CGI

# Délai et modalités d'accès à nos formations

L'accès à nos formations intra-entreprise ou inter-entreprise peut être initié par l'employeur ou le salarié soit avec l'accord de son employeur soit à titre personnel.

Pour vos demandes d'informations, contactez-nous par téléphone au 04 90 90 28 10 / 06 86 51 69 24 ou par email à l'adresse suivante [contact.d2fformations@gmail.com](mailto:contact.d2fformations@gmail.com). Nous nous engageons à vous répondre dans un délai maximal de 72 heures.

Vous trouverez ici, les programmes complets de nos formations afin que vous puissiez prendre connaissance en détail des prérequis, des objectifs de la formation, du contenu pédagogique, de nos moyens pédagogiques, techniques et humains, de l'équipe pédagogique, des tarifs et modalités financières. Vous trouverez également en fin de catalogue un bulletin d'inscription.

Les formations proposées par D2FFORMATIONS sont accessibles à toutes personnes y compris en situation de handicap. Merci de vous rapprocher de votre service RH/Formation et/ou auprès de notre référent handicap ( Franck DUCQ mail : [d2fformations@gmail.com](mailto:d2fformations@gmail.com)) afin que nous puissions étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.

Nos formations sont éligibles à la prise en charge par votre OPCO. Pour obtenir la prise en charge, totale ou partielle de votre formation, vous devez en effectuer la demande auprès de votre OPCO en y joignant :

Le programme de la formation, le devis et nos CGV.

L'OPCO analyse votre demande et vous donne une réponse, favorable ou défavorable par écrit.

Si vous souhaitez aller plus loin à la lumière de ces éléments, nous vous proposerons alors, et ce quel que soit le mode de financement que vous envisagez un entretien téléphonique ou en présentiel.

Cet entretien nous permettra notamment de vérifier les exigences liées aux prérequis éventuels, d'établir une formation personnalisée qui prend en compte vos attentes, vos préférences et vos contraintes.

Nous profiterons également de cet entretien pour répondre à toutes autres questions.

Si l'entretien est concluant pour les deux parties, nous vous transmettrons alors, l'analyse des besoins et moyens pédagogiques relevés accompagnés d'un questionnaire de personnalisation, un devis ainsi que nos Conditions Générales de Vente, y compris en cas de demande de financement externe, afin de faciliter les échanges administratifs entre vous et nous.

Dès réception de ces documents signés et de confirmation de l'acceptation du devis en cas de financement externe, nous pourrons alors finaliser votre convention ou contrat de formation qui validera alors votre inscription définitive.

Le délai d'accès de nos formations tient compte de ces différentes formalités ainsi que de vos planning et celui de notre formateur.

## **INFORMATIONS :**

Dans le cas où le nombre de participants inscrits serait jugé pédagogiquement insuffisant (un minimum de 4 personnes est requis pour l'ouverture d'une session). D2FFORMATIONS se réserve le droit d'annuler ou de reporter la session. Le délai d'annulation est toutefois limité à 8 jours avant la date prévue de commencement de la formation.

## BULLETIN D'INSCRIPTION À UNE ACTION DE FORMATION

**ENTREPRISE :** ..... **Raison sociale :** .....

**Adresse :** .....

**Code Postal :** ..... **Ville :** ..... **Siret :** .....

**Prénom Nom du responsable formation :** .....

**Téléphone :** ..... **Mail :** .....

Les formations proposées par D2FFORMATIONS sont accessibles à toutes personnes y compris en situation de handicap.  
 Merci de vous rapprocher de votre service RH/Formation et/ou auprès de notre référent handicap  
 ( Franck DUCQ mail : [contact.d2fformations@gmail.com](mailto:contact.d2fformations@gmail.com)) afin que nous puissions étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.

**FORMATION CHOISIE :**

<u>Intitulé de la formation souhaitée :</u>	<input type="checkbox"/> SST <input type="checkbox"/> MAC SST <input type="checkbox"/> GP-TMS <input type="checkbox"/> GP-TMS-2S <input type="checkbox"/> Secours tactique <input type="checkbox"/> Gestes de Premiers Secours Enfant Nourrisson <input type="checkbox"/> Gestion de conflits <input type="checkbox"/> Gestion de conflits dégradés
<u>Date de la formation :</u>	
<u>Lieu :</u>	<b>Intra (dans vos locaux)</b>
<u>Coût Pédagogique :</u>	

**Stagiaires participants :**

Civilité Mr/Mme	NOM PRENOM	Date de Naissance	Adresse Mail

**Informations complémentaires:**

Dans le cas où le nombre de participants serait jugé pédagogiquement insuffisant, D2FFORMATIONS se réserve le droit d'annuler ou de reporter la session. Le délai d'annulation est toutefois limité à 8 jours avant la date prévue de commencement de la formation.