

FORMATEUR Gestes & Postures

Stage opérateur Intra Entreprise

Contexte

Toute personne menant une activité physique, des tâches répétitives, amené à adopter des postures particulières peut-être soumise à des troubles musculo squelettiques TMS.

Le présent programme de formation vise à acquérir les compétences de formateur interne afin d'animer des sessions de prévention des TMS. Il ne se substitue en rien à l'intervention d'un médecin ou d'un kinésithérapeute seuls à même de traiter une pathologie.

Objectifs pédagogiques : à l'issue de la formation, le participant sera capable :

- **d'énoncer, d'expliquer et de transmettre :**
 - les risques d'accidents lors de manutention manuelle
 - l'anatomie du corps humain et le fonctionnement de la colonne vertébrale
 - les principes, les techniques gestuelles et ergonomiques
 - les techniques de manutention des charges dans le contexte de l'entreprise
- **de citer** des méthodes permettant d'élaborer des solutions correctives (étude de poste...)
- **d'animer** une session de formation à l'intérieur de son entreprise
- **de réfléchir** sur l'ergonomie des postes de travail ainsi que sur l'organisation du travail de manière à diminuer les manutentions

Personnes concernées / Durée du stage

- Toute personne disposant d'une bonne connaissance pratique des manutentions et des contraintes d'exploitation au sein de l'entreprise
- Il est conseillé de posséder des bases en matière de lecture et de compréhension du Français, capacité à prendre la parole
- Accessibilité à une personne en situation de handicap ou de pathologies posturales : nous contacter pour précisions
- Nombre de stagiaires : maxi 6 personnes
- Durée du stage : 5 jours, soit 35h00 dont 14h en co-animation
- Horaires 9h / 17h00 (adaptables suivant contraintes de l'entreprise) intégrant pauses de 15 mn matin et après-midi et 1h repas du midi
- Modalités : stage en Intra entreprise

La formation se déroule sur 5 jours consécutifs ou 3j + 2j (notés **1-2-3-4-5**) et adopte l'organisation suivante :

- * Face à face entre notre formateur et le futur moniteur : **1-2-3-4-5**
- * Formation / recyclage d'opérateurs par le futur moniteur : **1-2-3-4-5**
(en coaching / co-animation avec notre formateur)
- * Evaluation du formateur, mise en perspective, bilan avec la hiérarchie: **1-2-3-4-5**

Animation et évaluation

- Méthode interactive s'appuyant sur des exemples de situations de travail réelles.
- Mise en œuvre pratique / exercices / visite pédagogique des postes de travail
- Mise en œuvre de moyens multimédia incluant des questionnements de découverte des contenus (construction interactive des connaissances), des animations graphiques et des vidéos démonstratives.
- Contrôle des connaissances assuré régulièrement tout au long du stage par questionnement oral récapitulatif et par des mises en situation d'animation.
- Livret stagiaire illustré, remis à chaque participant.
- Nos formateurs sont équipés de PC et vidéo projecteur

Planification / inscription

- Planification : sur demande suivant vos souhaits et disponibilité formateur
- Inscription réputée valide à compter de la réception de la convention de formation signée
- Indicateurs de performance disponibles sur : www.diaxens.com/info-formation

Suivi

- Feuille d'émargement par ½ journée
- Feuille d'appréciation remplie par chaque stagiaire en fin de formation
- Fiche retour formateur dans le cas de remarques particulières
- Attestation de présence remise à l'employeur.

Conditions de réussite

- L'entreprise assure la mise à disposition des locaux afin de pouvoir procéder à une visite et une présentation des postes de travail.
- Les travaux pratiques se feront sur l'installation du client ainsi que sur la base d'exercices en salle.
- Salle adaptée permettant les mises en pratique, la projection et tableau blanc
- Les stagiaires sont dégagés de toutes contraintes de production et se consacrent exclusivement à la formation, ils disposent de leurs EPI habituels.
- L'entreprise s'engage :
 - à faire mener par le nouveau formateur une action de formation dans un délai maxi de 2 mois.
 - A étudier avec intérêt les propositions d'aménagement de poste qui pourrait être formulées suite à la formation des opérateurs.

Informations

- L'action de formation ne se valide pas par bloc, elle forme un ensemble indissociable
- Equivalence : aucune
- Débouchés : A la suite de cette formation le stagiaire peut s'orienter vers une formation PRAP

Tarif et financement

Tarif sur devis en fonction de la localisation

Financement sur fonds propres de l'entreprise ou OPCO après accord préalable.

Programme des 5 jours: ①-②-③-④-⑤ (chaque jour est symbolisé par un rond, lundi = ① ...)

La formation se déroule en 3 parties :

1. Formation individuelle (ou en mini groupe) du futur moniteur (idéal 2 participants)
1. Mise en situation d'animation face à un groupe de stagiaires
1. Complément d'information et évaluation du moniteur

①-②-③-④-⑤ : Formation du moniteur

La problématique manutention dans l'entreprise

- Place de la manutention dans l'entreprise
- Rôle des opérateurs
- Analyse des risques et accidents fréquents en manutention
- Les accidents dorso-lombaires ; nature et conséquence
- Le siège des lésions
- La réglementation, ses finalités

L'homme au travail : anatomie et physiologie

- Le corps humain
- Le fonctionnement de la colonne vertébrale (la vertèbre - le disque intervertébral)
- Les principes de sécurité physique et d'économie de l'effort

Ergonomie et organisation

- Apprentissage et mémorisation des modes opératoires de prise ou dépose des charges
- Identification des contraintes des postes de travail
- Recherche de solutions les mieux adaptées
- Travaux pratiques sur le terrain

Les solutions correctives

- Quelques pas vers une méthode d'analyse des manutentions
- Cadre d'une mise en application possible dans l'entreprise

Préparation de l'animation

- Définition d'une progression pédagogique appropriée
- Simulation d'animation de séquences théoriques et pratiques
- Evaluation

①-②-③-④-⑤ : Formation d'opérateurs par le futur moniteur

(En co-animation avec notre formateur, sur la base de 2 actions d'une journée ⇒ 2 groupes d'opérateurs)

- Présentation du programme de formation aux stagiaires
- Mise en œuvre de la progression pédagogique établie avec le futur moniteur en ①-②, parties théorique et pratique
- Formation de 2 fois 6 opérateurs par le(s) futur(s) moniteur(s)
- Evaluation à "chaud" de la formation avec les stagiaires

①-②-③-④-⑤ : Synthèse, mise en perspective

- Analyse et commentaires sur le déroulement des formations des journées ③-④
- Apports complémentaires d'éléments techniques et de méthodes pédagogiques
- Diffusion et analyse des séquences vidéo prises au cours des journées ③-④
- Evaluation finale du futur animateur
 - . Contrôle de connaissances
 - . Evaluation de la capacité d'animation
- Définition des conditions de réussite des futures actions
- Analyse des propositions d'aménagement faites par les opérateurs
- Mise en perspective des propositions, définition des moyens à mettre en œuvre
- Présentation (par le formé) du bilan de l'action menée auprès de sa hiérarchie