

## Référence réglementaire

Cette formation a pour objectif de permettre au salarié de participer à l'amélioration de ses conditions de travail de manière à réduire les risques d'accidents du travail ou des maladies professionnelles.

Elle permet également à l'employeur de répondre aux obligations du code du travail (art. R4541-8) concernant les manutentions manuelles.

### Objectifs

Objectifs de la formation :

- Être capable d'étudier et prévenir les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail
- Être capable d'appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail spécifiques aux métiers du bâtiment et des travaux publics
- Être capable d'avoir une gestuelle optimale et réflexe lors de la manipulation de charges inertes et d'équipements

### Public concerné

Tout personnels travaillant dans les métiers du bâtiment et des travaux publics et étant amenée dans le cadre de son activité à manipuler des charges ou à effectuer des mouvements répétitifs.

### Prérequis

Être titulaire de la formation initiale gestes et postures

### Durée

4h pause comprise

### Nombre de participants

Jusqu'à 10 participants

### Validation

Modalités de validation de la formation formative  
Remise d'attestation de formation



### Maintien des compétences

Maintien des acquis recommandé tous les 24 mois



### Organisation / déroulement

Description de la formation :

- Introduction sur les troubles Musculo-Squelettiques (TMS) et état des lieux des pathologies en France
- Notions d'anatomie et biomécanique
- Facteurs de risque et pathologies du travail
  - ✓ Hyper sollicitations des articulations et du dos
  - ✓ Positions contraignantes et répétées
  - ✓ Les facteurs aggravants (rythmes de travail et délais, conditions climatiques, vibrations etc...)
- Études des postes de travail (gestes et postures des métiers du BTP)
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique
- Entraînement aux gestes corrects et gestes à éviter



### Logistique à prévoir

Salle de 20m2 minimum



### Matériel pédagogique

Matériel utilisé pour la formation par le formateur



### Compétences du formateur

Formateur spécialisé en gestes et postures et/ou formateur PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique)