

Formateur aux gestes et postures

Non-certifiante

Formation continue.

Réf. : 23100887F — Mise à jour : 12 juin 2026

Organisme responsable : PROTECT'UP

Contenu

Objectifs

Comprendre les bases et les enjeux de la prévention

- Comprendre le principe de définition des risques (AT/MP/risques)
- Situer les différents enjeux du risque professionnel
- Situer les différents acteurs de prévention des risques internes et externes

Comprendre les risques liés aux contraintes en rapport aux postures et efforts excessifs

- Situer les différents principes anatomiques de l'appareil locomoteur (anatomie et physiologie)
- Situer les différents dommages liés aux limites du corps humain
- Repérer les risques posturaux dans une situation de travail et les enjeux associés
- Situer les limites de l'approche posturale dans la maîtrise des risques posturaux

Situer la place des risques liés aux activités physiques dans le champ global des risques en entreprise

- Concevoir une architecture pédagogique cohérente avec les risques posturaux identifiés
- Animer une action de formation aux gestes et postures
- Évaluer la réussite d'une action de formation aux gestes et postures

Accompagner l'entreprise dans la mise en place d'actions de formations aux gestes et postures

- Identifier les contraintes posturales ainsi que les risques associés dans l'entreprise
- Proposer un contenu adapté aux contraintes et objectifs de l'entreprise
- Aider l'entreprise dans le choix des solutions à apporter à la prévention des risques posturaux

Programme

La prévention des risques en entreprise

- Statistiques et enjeux - définitions
- Apparition du dommage et mesures de prévention
- Principes de prévention et pistes d'amélioration des postes de travail

Principes anatomiques de l'appareil locomoteur et risques associés

- Fonctionnement des articulations du corps humain
- Principes physiologiques et limites articulaires
- Pathologies de l'appareil locomoteur et facteurs de risques
- Principes de sécurité physique et d'économie d'efforts

Conception et animation d'une séquence pédagogique, gestes et postures

- Les principes essentiels de la pédagogie adaptée aux adultes
- La conception d'une séquence pédagogique (fiche séquence)
- L'animation pédagogique (méthode et techniques)

- L'évaluation formative

Evaluer une action de formation selon les attentes de l'entreprise

- Objectifs supposés et réalité de terrain
- Modalités, critères et indicateurs d'évaluation

Accompagnement et conseil de l'entreprise

- Les différents acteurs de prévention et leurs rôles
- Principe d'une démarche de prévention
- Proposer des actions complémentaires aux actions déjà mises en place

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée
Aucun prérequis

Niveau de sortie
Sans niveau spécifique

Métiers associés

K1705 — Sécurité civile et secours

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2029374	Présentiel	Rennes	25/05/2026	28/05/2026

Source : GREF Bretagne #23100887F