CODE FORMATION

PRV-01-01

CATÉGORIE

PRÉVENTION

TMS & ergonomie

INFOS CLÉS

Durée
1 jour (7 h) ou 0,5 jour (3,5 h)

Public
Personnes exposées à des contraintes physiques dans leur travail

Prérequis
Aucun

Effectif
4 à 8 participants

Lieu
Dans votre entreprise (intra)

Délai d'accès
3 à 6 semaines

Tarifs sur demande

CONTACTEZ-NOUS :

09.87.71.50.79
contact@vicariance.fr

Attestation
Attestation de fin de formation

↑ *Retour au sommaire*

Gestes & postures 2.0

Théorie, visite terrain, travaux pratiques et mise en pratique sur les postes de travail.

À L'ISSUE, LES PARTICIPANTS SAURONT

Prendre conscience des contraintes physiques de leur environnement de travail, de leurs gestes et postures, et adopter des stratégies de prévention adaptées aux situations réelles de travail.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Prendre conscience des contraintes physiques de son environnement de travail, de ses gestes et de ses postures.
- Adopter des stratégies de prévention adaptées aux situations réelles de travail.

CONTENU DE LA FORMATION

- **Théorie :** rappels anatomiques, installation des TMS, bases des gestes et postures, nouvelles routines.
- **Visite terrain :** prise de conscience des contraintes et des habitudes, premières pistes d'actions.
- **Travail en salle :** pistes de solutions favorisant la prévention.
- **Mise en pratique terrain :** application et optimisation des solutions vues en salle. Identification des actions à leur main pour optimiser leurs techniques et leur environnement de travail.
- **Prévention individuelle :** mise en pratique d'une solution d'automassage.
- **Évaluation :** bilan de la journée, suivi de l'efficacité de la formation et rôle des managers sur l'organisation et l'environnement de travail.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Supports projetés, exposés théoriques, études de cas, échanges et retours d'expérience, visite et mise en pratique sur le terrain. Variante de 0,5 jour : sensibilisation de type « minute prévention ».

DISPOSITIF D'ÉVALUATION

Bilan de la journée et des actions, auto-positionnement avant et après la formation, évaluation des acquis par une grille du formateur, évaluation à chaud et à froid (à 6 mois).

PRATIQUE

Informations pratiques

Devis, délais, lieux et formats, accessibilité, évaluation.

48 h
ouvrées pour une réponse à votre demande

15 jours
pour recevoir votre devis après l'analyse

3 à 6 sem.
de délai d'accès à la formation

4 à 8
participants par session (8 à 16 pour les PSSM)

DU PREMIER ÉCHANGE À LA FORMATION

01 — 02 — 03 — 04

Analyse de la demande
Chaque devis est réalisé après une analyse préalable de votre besoin.

Devis détaillé
Devis, modalités et contenus de formation transmis au plus tard 15 jours après l'analyse.

Calendrier
Calendrier prévisionnel établi avec le devis, validé à la signature du bon de commande.

Formation
Démarrage dans un délai de 3 à 6 semaines, au lieu et au format convenus.

LIEUX ET FORMATS

Intra ou inter-entreprise, en présentiel ou en distanciel.

Nous essayons au maximum de pratiquer toutes les modalités : se reporter au contenu de chaque fiche de formation.

CONDITIONS

Tarif.....sur devis

Dates.....nous consulter

Délai d'accès.....3 à 6 semaines

Effectif.....4 à 8 participants

8 à 16 pour les Premiers Secours en Santé Mentale

ACCUEIL DU PUBLIC EN SITUATION DE HANDICAP

Pour les publics présentant une déficience (physique, sensorielle, psychique), un point spécifique est réalisé avec les acteurs concernés (stagiaire, RH, encadrement de proximité, référent handicap) pour vérifier la compatibilité entre la déficience et le déroulé de la formation. Les adaptations sont mises en place avec les ressources internes de l'entreprise ou de Vicariance, ou avec des prestataires extérieurs. Nos lieux de formation sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Nous avons un partenariat avec un prestataire spécialisé (CARPACCESS), quelle que soit la déficience ; sa prise en charge financière reste à la charge du client. Référent Handicap pour Vicariance : Frédéric Darmon (Ergothérapeute D.E.).

ÉVALUATION

Auto-positionnement avant et après formation, quiz, études de cas, mises en situation, grilles d'évaluation des acquis, évaluation à chaud et à froid (à 6 mois). Le bilan, avec résultats quantitatifs et qualitatifs et verbatim des participants, est réalisé par session, par thématique et par animateur. Les données clients sont anonymisées avant toute communication ; les coordonnées d'autres clients peuvent être transmises sur demande, sous réserve de leur accord préalable.

Une question, un devis ?

contact@vicariance.fr · 09.87.71.50.79 · réponse sous 48 heures ouvrées