



## Intitulé du stage

**Gestes et postures - manutention des charges lourdes**

## Date

**Mardi 11 janvier 2022**

## Lieu

Cité administrative de Bordeaux – Salle 24.01

## Public cible

Personnel des services techniques et agents devant manipuler des charges lourdes (CCT notamment) → les inscrits recevront dans un 2<sup>ème</sup> temps un questionnaire leur permettant de préciser leurs besoins et attentes, afin que le formateur puisse s'y adapter au plus près.  
*Formation accessible aux agents présentant un handicap*

## Objectifs

Acquérir les connaissances et les techniques de base visant à limiter les troubles musculo-squelettiques et préserver sa santé au quotidien en adoptant de bons gestes et de bonnes postures.

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Repérer les causes des TMS et appliquer les dispositifs de prévention,
- Réaliser une analyse de son poste,
- Mettre en pratique les bonnes postures et régler le matériel à disposition.

## Programme

Le travail de groupe sera privilégié, permettant :

- Une approche constructive des pratiques quotidiennes de manutentions,
- L'acquisition de gestes professionnels spécialisés par l'observation, et la pratique grâce à des méthodes pédagogiques adaptées :
  - Démonstrations pratiques par ateliers de toutes les procédures,
  - Apports théoriques commentés, résumant les éléments abordés en lien avec le thème de formation,
  - Échanges autour des pratiques professionnelles dans une démarche de résolution de problème :
    - Recueil des situations professionnelles difficiles susceptibles d'être améliorées ou résolues par des postures professionnelles ou organisationnelles différentes,
    - Analyse partagée des situations professionnelles,
    - Élaboration de modes de résolution de problème adaptés spécifiquement aux problèmes rencontrés.
  - Des mises en pratiques sur le terrain seront réalisées l'après-midi.

Les supports pédagogiques projetés pendant la session de formation seront remis aux participants : vivants et ludiques, ils sont aussi enrichis de nombreux exercices pratiques qui seront expérimentés dans le temps de la formation. Ils resteront une trace que chaque participant pourra s'approprier dans le temps de la formation et faire vivre au fil de sa pratique.

**Intervenant :** Éric BONNET - ADVITAM

**Contact :** dfr.drh.sg.dreal-nouvelle-aquitaine@developpement-durable.gouv.fr