



FORMATION EN PRÉSENTIEL

DEVENIR FORMATEUR GESTES ET POSTURES

Dernière mise à jour le 12/03/2026.

OBJECTIF

Etre en capacité d'animer une formation Gestes et Postures pour tout public quel que soit son poste de travail en prenant en compte :

- les capacités et limites du corps humain
- les spécificités de chacun
- les contraintes d'un poste de travail

COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Etre en capacité d'animer une séquence de formation : de la conception à l'évaluation en passant par l'animation.
- Comprendre le fonctionnement du corps humain, le prendre en considération dans l'analyse et l'amélioration d'un poste de travail.
- Analyser un poste de travail : ses contraintes, les pistes d'amélioration possibles, être force de proposition

PUBLIC CONCERNÉ

Tout public

Tarif	NOUS CONSULTER
Réf.	PRO-000011
Contact	0612026476 cpotin@cpsst.com

PRÉ-REQUIS

- Aucun

MÉTHODES ET MOYENS MOBILISÉS





Apports théoriques et pratiques, permettant des mises en situation et une réflexion autour de la formation et ce qu'elle implique.

MODALITÉS DE DÉROULEMENT DE L'ACTION DE FORMATION

Formation uniquement en présentiel

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Un contact avant la formation avec le référent handicap : Carine POTIN est nécessaire : cpotin@cpsst.com

 Niveau Sans niveau de qualification	 Modalité Présentiel	 Effectif par session 4 mini > 10 maxi	 Durée 21 heures / 3 jour(s)
--	--	--	--

CPSST - N° SIRET 99471044000011 - RCS CAEN 994 710 440 - Code APE 85.59A - 2 Chemin du Mont 14470 GRAYE-SUR-MER France - Tél. : 0612026476 - cpotin@cpsst.com

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28140474514 auprès du/de la Préfet de la Région Normandie.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.



PROGRAMME

Devenir Formateur Gestes et Postures

Partie 1 – Prévention des risques liés à l'activité physique

- Définitions et statistiques
- Les enjeux

Partie 2 – Notions élémentaires d'anatomie

- Les principaux éléments de l'appareil locomoteur
- Les articulations
- Définition d'un TMS
- Les atteintes du dos
- Les atteintes des genoux
- Les atteintes du membre supérieur

Partie 3 – L'homme et le poste de travail

- Mécanisme de l'accident
- Principes généraux de prévention
- Principes d'aménagement du poste
- Principes de sécurité et d'économie d'effort

Partie 4 – Notions de pédagogie et d'animation

- Techniques pédagogiques adaptées aux adultes
- Création de supports de formation interactifs
- Animation de séances de formation
- Feedback et évaluation des sessions

INTERVENANT(S)

Aucun

ÉVALUATION

évaluation

ATTRIBUTION FINALE

FO GP