

FORMATION GESTES ET POSTURES AGENT D'ENTRETIEN



FORMATION
CONTINUE

- Présentiel
 Distanciel

GESTES ET POSTURES - AGENT D'ENTRETIEN

FINANCEMENT OPCO - ENTREPRISE - PERSONNEL

FORMACODE 31776



Cette formation d'une journée est spécialement conçue pour les agents d'entretien des établissements scolaires ou non, confrontés quotidiennement à des tâches physiques répétitives. Elle vise à prévenir les troubles musculo-squelettiques (TMS) en initiant les participants aux gestes et postures adaptés, aux techniques d'échauffement, et aux bonnes pratiques ergonomiques.

Public concerné

Salariés d'entreprise - Demandeurs d'emploi - Particuliers

Pré-requis

Aucun pré-requis n'est exigé pour suivre cette formation.

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera en mesure de :

- Identifier les postures et gestes à risque pour leur santé.
- Adopter des techniques de réveil musculaire et d'échauffement avant et après leurs interventions.
- Appliquer des solutions ergonomiques et des postures adaptées en situation réelle.
- Reconnaître et adapter leur environnement de travail pour éviter les douleurs et blessures.
- Intégrer des routines de relaxation et de gestion du stress pour optimiser leur récupération musculaire.

Parcours pédagogique

1. Accueil et Introduction

- Accueil des participants et présentation des objectifs de la journée.
- Explication du programme et de l'approche, axé sur la prévention des douleurs, l'ergonomie et la correction des gestes au quotidien.

2. Auto-évaluation Posturale et Physique

3. Réveil Musculaire

- Atelier pratique avec explications sur chaque mouvement, adaptable pour le quotidien.

4. Quiz de Connaissances

- Évaluer les connaissances de base sur les gestes et postures, l'ergonomie et les TMS.

5. Écoute et Analyse des Conditions de Travail des Salariés

- Tour de table pour exprimer les ressentis sur le matériel utilisé (balais, aspirateurs, chariots) et les gestes répétitifs.

6. Protocole de Nettoyage en Milieu Scolaire : Espaces Sanitaires

- Appliquer les techniques de désinfection adaptées aux sanitaires.
- Sélectionner les produits spécifiques à l'entretien des sanitaires.
- Organiser son chariot d'entretien pour un travail méthodique.
- Respecter l'ordre des tâches et vérifier la qualité du nettoyage.

7. Gestes et postures

- Adopter les gestes et postures adaptés au poste de travail pour prévenir les risques ergonomiques.

FORMATION GESTES ET POSTURES AGENT D'ENTRETIEN



FORMATION
CONTINUE

Présentiel
 Distanciel

Durée et rythme

7 heures / 1 journée

Pour répondre aux contraintes de certaines entreprises ou aux spécificités des publics formés, les séquences de formation peuvent être organisées de manière consécutive ou espacée d'une durée permettant de maintenir la cohérence pédagogique de l'ensemble de la formation.

Accès à la formation

- Sessions : à tout moment, sur demande.
- Nombre de stagiaires : Minimum 4 / Maximum 10
- Lieu : Inter (accès PMR) - Intra (en entreprise)

Accessibilité PSH :

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Pour plus de renseignements, prendre contact avec notre référente handicap.

Qualification intervenant(e)s

Les formateurs intervenants sont des professionnels de la **Santé & Sécurité au Travail**. Ils disposent des compétences professionnelles, techniques, pratiques et théoriques en rapport avec le domaine des compétences concerné, et ont la capacité de les retransmettre.

Méthodes et outils pédagogiques

La formation est construite selon des principes de **pédagogie active et participative** alternant apports théoriques et méthodologiques pour comprendre, des mises en situation pour découvrir et expérimenter, des temps de réflexion individuels et/ou collectifs afin d'étayer l'évolution des pratiques professionnelles et faciliter la mise en œuvre de changements.

- Exercices de sous-groupe, mises en situation, échanges d'expériences, difficultés issues de la pratique sont autant d'éléments supports à la mutualisation et la conceptualisation.

Méthodes et modalités d'évaluation

En amont des formations, un questionnaire est envoyé aux participants pour recueillir et analyser leurs besoins et leurs attentes pour adapter au mieux notre approche pédagogique.

Evaluation formative des acquis tout au long de la formation sous forme d'exercices, de tests de positionnement, d'études de cas ou de quizz par le formateur.

A l'issue de la formation,

- Un questionnaire de satisfaction est soumis aux participants dans le cadre de notre politique Qualité et Amélioration Continue.
- Une attestation de formation valide l'acquisition des connaissances et des compétences de chaque participant.
- Un certificat de réalisation ou une attestation d'assuidité est envoyé(e) à l'entreprise.

Tarifs

Devis sur demande

CFC JEANNE D'ARC
SITE DE GAULLE-BAT. LESTILLEULS
22, rue Général de Gaulle
76310 Sainte-Adresse

Contact :
Corinne BACCUS
07 65 82 75 59 - 02 35 54 65 96
corinne.baccus@esja.fr