

# Gestes et postures en lingerie

## Objectifs de la formation

Acquérir les bases pour la prévention des risques professionnels en intégrant l'ergonomie dans la démarche santé sécurité au travail (document unique)  
Agir sur l'aménagement de postes de travail, TMS, bruit, lumière, manutention, ...



De 2 jours minimum  
Durée adaptée aux publics et aux besoins



Toute l'année



Devis réalisé après adaptation du parcours.  
Base 730 €/jour/groupe

## Méthode mobilisée

Formation action avec mises en situation  
Diaporamas, vidéos  
Livret de formation



8 personnes maximum

## Programme

### L'analyse :

Identifier le matériel utilisé et les locaux  
Analyser de a pratique des stagiaires par le formateur  
Etudier l'analyse des pratiques avec les stagiaires :

- Ai-je les bons gestes et postures ?
- Ai-je les bons outils ?

Connaître les conséquences des mauvais gestes et des mauvais outils ?  
Les TMS

### Les améliorations

Rechercher des solutions afin de limiter les risques liés à l'activité physique

Aménager son poste de travail, sa posture et son rythme de travail et entretien du matériel

Déterminer le plan d'action avec le stagiaire afin qu'il puisse appliquer ce qu'il a intégré ou ce qu'il a à intégrer

### Validation de la mise en œuvre

Comparer l'évolution de la pratique sur le poste de travail par le formateur en mise en situation pratique.

Pointer les évolutions et les bénéfices

### Prérequis et modalités d'accès :

Lecture courante

### Adaptation des parcours :

Après analyse des besoins de la structure et/ou des besoins des usagers, mise en place de modalités spécifiques (durée, contenus, méthode et pédagogie).



Formateurs du CRP, professionnels de l'accompagnement des publics en situation de handicap



Formations dispensées sur site de la structure ou au sein du CRP La Mothe avec plateau technique adapté

## Modalités d'évaluation

Questionnaire de satisfaction stagiaires et client  
Attestation de formation et certificat de réalisation

### Service formation continue

N° de déclaration d'activité : 84 03 03 681 03

Votre contact : Didier MOURLON



[didier.mourlon@crplamothe.com](mailto:didier.mourlon@crplamothe.com)



06 13 77 07 49



Louroux-Hodement  
03190 HAUT BOCAGE  
Tél.: 04 70 06 80 55  
[contact@crplamothe.com](mailto:contact@crplamothe.com)  
[www.crplamothe.com](http://www.crplamothe.com)  
SIRET : 835 086 240 00016



**C.R.P. LA MOTHE**  
Etablissement et Services  
de Réadaptation Professionnelle