



GP PDE – Gestes et Postures – Personnels d'Entretien

Formation aux gestes et postures pour les personnels d'entretien

Durée 7 heures	Lieu Intra	Groupe 2 à 10 personnes	Tarif Sur devis
--------------------------	----------------------	-----------------------------------	---------------------------

1 PUBLIC CONCERNÉ & PRÉREQUIS

Personnels d'entretien, personnels de ménage, techniciens de surface, femmes de chambre, jardiniers...

Prérequis : Aucun

2 OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Apprendre les gestes et postures pour accomplir en sécurité les gestes de manutention et d'entretien des locaux.
- Limiter les risques liés à la manutention manuelle en appliquant les principes de base de sécurité et d'économie d'effort.
- Participer à l'aménagement de son poste de travail.

3 COMPÉTENCES VISÉES

- Prévenir et réduire les risques d'accidents du travail et de maladies professionnelles
- Appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail
- Adopter une gestuelle optimale lors de l'utilisation du matériel d'entretien
- Améliorer les conditions et la qualité de vie au travail
- Adopter une bonne hygiène de vie
- Nutrition et lien avec la douleur



GP PDE — Gestes et Postures – Personnels d'Entretien

Formation aux gestes et postures pour les personnels d'entretien

Durée
7 heures

Lieu
Intra

Groupe
2 à 10 personnes

Tarif
Sur devis

4 ORGANISATION & MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

7 heures en présentiel. Programme couvrant : TMS et anatomie, étude des postes de travail, principes d'économie d'effort, entraînement aux gestes corrects, gestes de la vie quotidienne.

Exposés interactifs · Démonstrations pratiques · Analyse des pratiques · Simulations.

Moyens pédagogiques

- Ordinateur & vidéoprojecteur
- Matériel professionnel d'entretien des locaux
- Charges inertes diverses
- Documents de support pédagogique
- Supports vidéo
- Fiches pratiques de gestes corrects

5 CERTIFICATION & MAINTIEN DES COMPÉTENCES

✓ **Certificat de réalisation de la formation**

Modalité d'évaluation : Évaluation formative via des QUIZZ et des mises en pratique gestuelles.

Maintien et actualisation des compétences : Remise à niveau conseillée tous les 2 ans.

Programme conforme aux exigences du Code du Travail — Art. R4541-1 à R4541-10.

6 MODALITÉS D'ACCÈS & ACCESSIBILITÉ

Contacter le secrétariat minimum 15 jours ouvrés avant le début de la formation.

Si vous êtes en situation de handicap avec nécessité d'un aménagement spécifique, merci de contacter le référent handicap : jquarteron@croixblanche.info

7 QUALIFICATION DES FORMATEURS

Formateurs qualifiés en Gestes et Postures Sécuritaires.