



Travailleurs en ESAT

**Nouvelle
Formation**

Intra-muros
01 42 40 15 28 - 07 88 52 77 45
andicat@andicat.org

Gestes et postures

**Nouveau
Contenu**

OBJECTIFS

- Détecter les situations génératrices de Troubles Musculosquelettiques (TMS)
- Connaître les maux du dos (physiologie, anatomie et pathologie)
- Connaître et appliquer les principes de sécurité et d'économie d'effort

CONTENU

Chaque demi-journée débutera par un tour de table : le premier jour afin de présenter la formation et identifier les attentes des participants, les jours suivants pour valider les acquis de la demi-journée précédente

• Formation Théorique

- Notions de prévention
- Les maux du dos (physiologie, anatomie et pathologie)
- Les T.M.S
- Les principes de sécurité et d'économie d'effort

• Formation Pratique

- Mise en application pratique
- Exercices simples de port de charges ou d'adaptation au poste selon besoins
- Visite du site avec analyse des postes de travail
- Mise en application des principes de sécurité et d'économie d'effort sur les postes de travail

• Contrôle des connaissances

- Evaluation de l'apprenant au fur et à mesure de la progression
- Appréciation par le participant du niveau d'amélioration de ses connaissances et compétences
- Exercices pratiques

POUR QUI ?

Travailleurs d'ESAT.



PRÉ REQUIS

Aucun.

NOMBRE DE STAGIAIRES

9 personnes maximum.

DURÉE

1 jour, soit 7 h.

COÛT*

Intra-muros : 2 100 € nets exonérés de la TVA, frais du formateur inclus.
Déjeuner à la charge de l'établissement d'accueil.

* Intra-muros mutualisée - Devis sur demande.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition de documents supports à la suite de la formation

MOYENS D'ÉVALUATION

- Feuilles de présence
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Mises en situation
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Certificat de réalisation de l'action de formation

INTERVENANT

Intervenant qualifié aux compétences techniques et pédagogiques actualisées



Equipier d'intervention premiers secours

OBJECTIFS

- Intervenir sur son lieu de travail pour porter secours à toute personne victime d'un accident et/ou d'un malaise
- Utiliser les moyens d'extinction présents sur le site
- Donner l'alarme/l'alerte
- Evacuer en ordre
- Transmettre les informations pour renseigner le registre de sécurité

CONTENU

Chaque demi-journée débutera par un tour de table : le premier jour afin de présenter la formation et identifier les attentes des participants, les jours suivants pour valider les acquis de la demi-journée précédente

• Journée 1 : Sensibilisation aux gestes de premiers secours à la personne

- Réaliser une protection adaptée
- Examiner la (les) victime(s) pour la mise en œuvre de l'action choisie en vue du résultat à obtenir
- Faire alerter ou alerter en fonction de l'organisation de l'établissement
- Secourir la (les) victime(s) de manière adaptée

• Journée 2 : Equipier incendie/évacuation

- Rappel de la législation : le feu, l'extinction, travaux pratiques
- Les règles fondamentales de l'évacuation
- Connaissance des aides et moyens présents
- Rôle du guide file et du serre file
- L'équipe d'évacuation
- Visite du site
- Bilan de la formation
- Recyclage annuel préconisé

POUR QUI ?

Tous publics.



PRÉ REQUIS

Aucun.

NOMBRE DE STAGIAIRES

8 Personnes maximum.

DURÉE

2 jours, soit 14 h.

COÛT*

Intra-muros : 3 600 € nets exonérés de la TVA, frais de déplacement inclus.
Déjeuner à la charge de l'établissement d'accueil.

* Intra-muros mutualisée - Devis sur demande.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Powerpoint
- Paperboard
- Mannequins
- Générateur de fumées
- Remise d'un livret

MOYENS D'ÉVALUATION

- Feuille de présence
- Exercices pratiques
- Certificat de réalisation

INTERVENANT

Formateur certifié SST
(Sauveteur Secouriste du Travail)

