



## 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 jour, 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)

