



SECURITE - REGLEMENTATION

# Gestes et postures en restauration

**Permettre aux participants d'effectuer dans les meilleures conditions d'efficacité et de confort leur activité professionnelle. Trouver les positions les plus adaptées en fonction des possibilités de chacun et du travail à effectuer. Devenir acteur de sa propre prévention et santé au travail.**

## Objectifs :

- Prévenir les risques spécifiques liés aux activités physiques du travail
- Comprendre les conséquences d'une mauvaise posture
- Trouver des solutions alternatives pour réduire la fatigue et limiter les accidents

## Contenu et déroulé pédagogique :

- Analyse :
  - Identifier le matériel utilisé et les locaux
  - Analyser la pratique des stagiaires par le formateur
  - Étudier l'analyse des pratiques avec les participants
  - 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
  - Déterminer le plan d'action
- Mise en œuvre :
  - Comparer l'évolution de la pratique sur le poste de travail (par le formateur en mise en situation)
  - Pointer les évolutions et les bénéfices

## Durée :

2 jours soit 12 heures

## Prérequis :

Aucun

## Accessibilité :

Travailleurs(es) d'ESAT  
et Salariés(ées) d'EA

## Modalités pédagogiques :

- Livret pédagogique
- Supports pédagogiques illustrés, accessibles en Facile à Lire et à Comprendre
- Personnalisation de la formation
- Méthodes et outils pédagogiques co-construits avec l'environnement de travail
- Mise en situation

## Modalités d'évaluation et de suivi :

- Evaluation pratique en fin de formation des gestes techniques ou professionnels
- Grille d'évaluation et bilan personnalisé des acquis transmis à l'établissement
- Attestation de formation délivrée à l'issue de la formation

## Modalités et délai d'accès :

- Formation dans votre établissement
- Inscription auprès d'AGAP

## Tarif :

Nous consulter

## Contact(s) :

**Hélène GIULIANO**  
Responsable formation  
0366729030  
helena.giuliano@agap-npdc.fr