


v1-02/02/2026

Formation de formateur gestes et postures.

Objectifs

Permettre aux participants de concevoir, animer et évaluer des actions de formation en gestes et postures, adaptées aux situations de travail, afin de prévenir les risques liés à l'activité physique, de réduire les accidents du travail et les troubles musculo-squelettiques, et de contribuer durablement à l'amélioration des conditions de travail en entreprise.

Méthode et Matériel pédagogique

- ◆ Apports théoriques interactifs et contextualisés
- ◆ Méthodes pédagogiques actives et participatives
- ◆ Mises en situation pratiques et démonstrations de gestes et postures
- ◆ Supports pédagogiques (présentations, documents stagiaires)
- ◆ Matériel de simulation de manutention (charges, caisses, cartons, outils)

Moyens d'encadrement

Formateur de Formateur(trice) gestes et postures

Évaluations & Attestation des compétences

Les acquis des participants sont évalués tout au long de la formation au moyen de :

- Évaluations formatives continues
- Questionnaires de connaissances
- Mises en situation pratiques et observations
- Échanges oraux et analyses de pratiques


3 jours - 21 heures

**INTER-ENTREPRISE
& INTA-ENTREPRISE**
France Métropolitaine

10 Stagiaires maximum
Individualisation : oui

Public : Formateurs

Pré-requis : Maîtriser la langue française à l'oral et à l'écrit / Avoir une expérience ou une fonction de formateur, d'animateur ou de transmetteur de compétences

Délivrance du certificat
Formateur Gestes et postures
à l'issue de la formation.


Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à contacter notre référent handicap : ref.handicap@ed5.fr

Programme de la Formation

1. Maîtriser les principes de prévention des risques liés à l'activité physique

- Comprendre le fonctionnement du **corps humain** et les mécanismes d'apparition des TMS
- Expliquer les **principes de sécurité physique et d'économie d'effort**
- Relier l'activité physique aux **enjeux de santé, sécurité et performance** de l'entreprise

2. Concevoir et organiser une formation gestes et postures

- Construire une action de formation
- Définir des objectifs pédagogiques adaptés aux publics et aux secteurs d'activité
- Intégrer la formation Gestes et postures dans une **démarche globale de prévention** de l'entreprise

3. Animer une formation Gestes et postures

- Animer des séquences théoriques et pratiques participatives
- Mettre en œuvre des **situations d'apprentissage actives** (analyses de situations de travail, mises en situation)
- Accompagner les stagiaires dans la recherche de **solutions de prévention adaptées**.

4. Évaluer et contribuer à la prévention en entreprise

- Évaluer les acquis des stagiaires et l'atteinte des objectifs pédagogiques
- Sensibiliser les acteurs aux enjeux de la prévention des risques liés à l'activité physique
- Participer à l'amélioration des pratiques et à la diffusion d'une culture prévention

Le + ED5

- ◆ Habilitation pour les formations SSCT & Économique des Membres élus du CSE
- ◆ Enregistré en qualité IPRP
- ◆ Équipe pédagogique sélectionnée et expérimentée
- ◆ Pré-diagnostic avec plan d'actions offert
- ◆ Formations personnalisées adaptées aux besoins des entreprises

Nous contacter

 65 Rue du Moulin Vedel
30900 Nîmes

 04 11 94 00 50

 ww.ed5.fr  contact@ed5.fr **ED5 S.A.S** au capital de 7470€



Siren : 905 195 426

NDA : Enregistrée sous le numéro 76300493030.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'état.