



# Gestes Et Postures - Manutention de Charges - option Jardinage

Dernière mise à jour le 04/10/2020

## OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

A la fin de cette formation, le stagiaire doit être capable de préserver sa santé et d'assurer sa sécurité, au travail dans les jardins, en utilisant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

## COMPÉTENCES DÉVELOPPÉES

- Être capable de maîtriser des notions élémentaires d'anatomie et de physiologie.
- Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain.
- Être capable d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues.
- Être capable de mettre en œuvre les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

## PUBLIC CONCERNÉ

Jardiniers et aide-jardiniers

## MOYENS ET SUPPORTS PEDAGOGIQUE

A l'issue de la formation, chaque participant se voit remettre :

- ❖ une Attestation individuelle de formation établissant les compétences acquises au cours de la formation
- ❖ l'accès au livret dématérialisé reprenant les enseignements clés de la formation via extranet participant

## Profil du / des Formateur(s)

La formation est encadrée par un formateur spécialiste de la prévention des TMS

Réf.	
Contact	0633788531 <a href="mailto:contact@pulsart-formation.com">contact@pulsart-formation.com</a> <a href="http://www.pulsart-formation.com">www.pulsart-formation.com</a>

## PRÉ-REQUIS

Aptitude Physique

## MODALITES D'ÉVALUATION

Les acquis des stagiaires sont évalués à travers un QCM pour la partie théorique et grâce à une évaluation sommative pour la partie pratique.



Niveau

**A la fin de cette formation, le stagiaire doit être capable de préserver sa santé et d'assurer sa sécurité, au travail dans les jardins, en utilisant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.**



Modalité

**L'enseignement comprend environ 60 % de pratique afin d'optimiser le transfert des nouvelles compétences sur le terrain par les stagiaires.**



Effectif par session

**à participants**



Durée

**1 jour (7 heures)**

## PROGRAMME

---

Identifier la place de l'activité physique dans l'activité professionnelle

- ❖ Les notions d'AT/MP
- ❖ Les notions de danger, de risque et de dommage
- ❖ Les préjudices économiques et humains pour l'ensemble de la structure

Comprendre le corps humain et les risques d'atteinte à la santé

- ❖ Les notions de base d'anatomie/physiologie
- ❖ Les atteintes de l'appareil locomoteur et ses conséquences
- ❖ Les facteurs de risques aggravants

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- ❖ Intégrer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- ❖ Appliquer ces principes à la pratique du jardinage

Enseignements Pratiques

- ❖ Etudes de postes in situ
- ❖ Le module comprendra une visite des espaces de travail des jardiniers et aide-jardiniers et des exercices pratiques
- ❖ Des techniques d'éveil, de renforcement et de soulagement articulaire et musculaire seront proposés