

# FORMATION GESTES ET POSTURES EN RESTAURATION COLLECTIVE

**GESTES ET POSTURES**



**Nathalie VAN CELST**  
AMN CONSEIL ET FORMATION



**FORMATION**  
**GESTES ET POSTURES EN RESTAURATION COLLECTIVE**

*(Durée : 1 jour (07 heures))*

**Public**

Tout public du secteur de la restauration collective (cuisine, plonge, service)

**Prérequis**

Aucun.

**Objectifs**

- Analyser et repérer dans son poste de travail les gestes et postures sources de troubles musculosquelettiques
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction de la situation
- Mettre en œuvre des techniques spécifiques aux particularités du secteur

**Contenu**

**Les accidents du travail et les maladies professionnelles**

- Définition, statistiques, enjeux humains et financiers
- Obligations réglementaires, les responsabilités de l'employeur

**Notion d'anatomie, physiologie et pathologie**

- Les troubles musculosquelettiques
- Les conséquences sur la santé

**Prévention des risques**

- Les facteurs d'usures et de fatigue
- Les principes généraux de prévention

**Principes de base de la manutention**

- Les techniques de lever-porter de charge
- Les principes d'aménagement des postes de travail

**Les différents gestes et postures sur le poste de travail**

- Le personnel de cuisine
- Le personnel de plonge
- Le personnel de service

**Méthodes et outils**

La formation propose des échanges interactifs, une assimilation des techniques de travail dans le cadre d'une formation en situation de travail

---

**AMN Conseil et Formation**

**19 rue Copernic - 13200 ARLES**

N°SIRET : 879 741 387 00028 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° : 93 13 18 129 13 auprès de la DREETS PACA

Enregistrée DPC sous le N° : 99BB

04.90.43.96.88 - [www.amn-conseil-formation.fr](http://www.amn-conseil-formation.fr)



### Mode de validation

Évaluation formative tout au long de la formation.

A l'issue de la formation, nous délivrons au participant une attestation de formation.

### Modalités de la formation

Face à face pédagogique : 1 jour, soit 7 heures

Effectif : jusqu'à 10 stagiaires

### Intervenant

L'encadrement de la formation est assuré par un formateur PRAP certifié INRS

<b>PROGRAMME DE FORMATION GESTES ET POSTURES</b>
--

<b>JOUR 1</b>	
9h00 – 12h30	<p>Ouverture de la formation Présentation du formateur, des stagiaires, recueil des attentes Objectifs de la formation</p> <p><b>Les accidents du travail et les maladies professionnelles</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Définition, statistiques, enjeux humains et financiers</li><li>• Obligations réglementaires, les responsabilités de l'employeur</li></ul> <p><b>Notion d'anatomie, physiologie et pathologie</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les troubles musculosquelettiques</li><li>• Les conséquences sur la santé</li></ul> <p><b>Prévention des risques</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les facteurs d'usures et de fatigue</li><li>• Les principes généraux de prévention</li></ul>
13h30 – 17h00	<p><b>Principes de base de la manutention</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les techniques de lever-porter de charge</li><li>• Les principes d'aménagement des postes de travail</li></ul> <p><b>Les différents gestes et postures sur le poste de travail</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Le personnel de cuisine</li><li>• Le personnel de plonge</li><li>• Le personnel de service</li></ul> <p><b>Bilan de fin de formation</b></p>

---

**AMN Conseil et Formation**

**19 rue Copernic - 13200 ARLES**

N°SIRET : 879 741 387 00028 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° : 93 13 18 129 13 auprès de la DREETS PACA

Enregistrée DPC sous le N° : 99BB

04.90.43.96.88 - [www.amn-conseil-formation.fr](http://www.amn-conseil-formation.fr)