



www.ofelia.fr

Accueil de 9h à 12h30 et de 14h à 17h du lundi au vendredi
30 rue de la Baisse 69100 Villeurbanne
Tél 04 37 43 12 07 fax 04 78 68 16 37 email secretariat@ofelia.fr



Un regard différent sur la formation

Organisme de Formation & d'Expérimentation pour L'Insertion par l'Alternance

Module interprofessionnel

GESTES / POSTURES / SECURITE

Public concerné

Salariés amenés à intervenir comme employé de maison chez le particulier
Demandeurs d'emploi (issus des structures d'insertion par l'économique, des agences du Pôle emploi, des PLIE, des Permanences Emploi, des Missions Locales)

Aucun pré-requis n'est demandé

Durée

Module de 6 heures sur 1 jour

Méthode pédagogique

Travaux pratiques et théorie

Modalités d'inscription

Envoi de la fiche de positionnement et d'un bon pour accord lorsqu'il y a un devis

Contact : Marie Mazzocchi / Elodie Roulland

Intervenants

Formateur Emplois familiaux

Modalité de validation

Auto évaluation quiz fabriqué par les stagiaires
Attestation de formation

Objectifs

Connaître son dos et prévenir les douleurs

Repérer et appliquer dans son travail des gestes sécuritaires afin de s'économiser physiquement

Contenu

Connaissance de son dos

Les bons gestes et les bonnes postures au quotidien,

Ramasser quelque chose au sol,

Se servir d'un balai et d'un aspirateur,

Le port de charges lourdes,

Les règles d'utilisation des produits et leurs dangers,

Les règles d'hygiène,

Les règles de sécurité,

Tenue vestimentaire,

Exercices pour soulager le dos en cas de douleurs

Exercices pour prévenir le mal de dos

Modalités d'évaluation

Evaluation de la pratique / QCM

[Retour au menu](#)