



Formation

Préserver son corps par l'acquisition des bons gestes et postures

Janvier 2025

Sillans la Cascade (83)

Objectifs de la formation : Améliorer les conditions de travail physique et prévenir les risques professionnels afférents à son activité ainsi que les gestes adaptés pour soulager son corps et préserver son capital santé.

Public visé : Agriculteurs.trices du département et des départements limitrophes. La formation s'adresse particulièrement aux maraichers, producteurs de plantes aromatiques ou cueilleurs, éleveurs de poules pondeuses en particulier installés récemment afin qu'ils acquièrent les bonnes postures de travail dès le début de l'activité mais aussi à ceux déjà installés depuis plusieurs années qui sentent que leur corps ressent des inconforts liés à leur activité.

Pré-requis : Pas de pré-requis

Coût de la journée : 196 € pour 7h de formation

Pour les cotisants VIVEA : prise en charge totale de la formation par VIVEA, dans la limite du plafond de 3000 €/an/contributeur

Pour les salariés : 175 € - prise en charge possible par l'OPCO (OCAPIAT dispositif Boost)

Retrouvez les [conditions générales d'utilisation et le règlement intérieur](https://www.agriculturepaysanne.org/Se-former-1403) sur notre site <https://www.agriculturepaysanne.org/Se-former-1403>

Durée et modalités de la formation : 1 jour (7 heures) / 9h00-17h – 5 stagiaires minimum, 10 stagiaires maximum par session

Une attestation de formation sera délivrée à chaque stagiaire suite à la formation.

ARDEAR PACA
15 avenue Pierre Grand
84953 CAVAILLON CEDEX
Tel : 06 11 78 45 89
mail : ardear-paca@orange.fr

Renseignements et inscription : <<Programme détaillé au dos >>

Oriane Mertz
07 77 83 07 44

Oriane.mertz@ardearpaca.org



N° SIRET : 509 252 490 00032
N° Organisme de Formation : 93840372284



Préserver son corps par l'acquisition des bons gestes et postures

Janvier 2025

Sillans la Cascade (83)



Programme de la formation :

Intervenante : Marine Blereau, Ergothérapeute

Objectif pédagogique : Réduire les risques physiques pour limiter les troubles musculo squelettiques

Présentation et tour des attentes

Les risques professionnels de la filière

Analyse de situation de travail spécifique (tâches habituelles, postures à risques)

Notions d'anatomie et de physiologie appliquées : fonctionnement du corps, sensibilisation aux troubles

Techniques de manutention et postures adaptées : démonstration et mise en pratique

Objectif pédagogique : Mettre en œuvre des techniques et postures adaptées, aménager les situations de travail

Organisation des postes de travail et aménagement ergonomique

Application des techniques sur les tâches spécifiques

Évaluation et quizz – bilan à chaud

Modalités pédagogiques :

Vidéo, fiches, applications d'exercices physiques. Apports théoriques et échanges/questions à partir des cas des stagiaires. Travaux pratiques, démonstrations d'outils.

Modalités d'évaluation :

Une autoévaluation sera réalisée en fin de formation.

Indicateur de résultat : 93 % de satisfaction des formations de l'ARDEAR PACA en 2023

Renseignements et inscriptions

: Oriane Mertz - 07 77 83 07 44
oriane.mertz@ardearpaca.org

Inscription jusqu'au

Accès aux personnes en situation de handicap :

Nous contacter en amont de la formation pour prévoir des adaptations.

CREDIT D'IMPOT A LA FORMATION

Tout chef d'entreprise au régime du bénéfice réel peut bénéficier d'un crédit d'impôt lorsqu'il va en formation. Celui-ci est calculé sur la base du SMIC horaire dans la limite de 40 heures par an.

Plus de renseignements : www.vivea.fr

ETRE REMPLACE POUR PARTIR EN FORMATION

Afin de vous permettre de vous faire remplacer pendant que vous êtes en formation, certains départements/régions, ont signé des conventions entre VIVEA et le service de remplacement pour réduire le coût de ce service.

Plus de renseignements :
www.servicederemplacement.fr

