



# Maîtrise des gestes et postures et le respect des règles d'hygiène, de sécurité et environnementales élémentaires



## Objectifs

A partir de mises en situation concrètes de la vie professionnelle et sociale, développer la capacité de :

- Respecter un règlement sécurité, hygiène, environnement, une procédure qualité
- Acquérir les bons gestes et réflexes afin d'éviter les risques
- Appliquer les gestes de premier secours
- Contribuer à la préservation de l'environnement et aux économies d'énergie

## Contenu

### **Respecter un règlement sécurité, hygiène, environnement, une procédure qualité**

- Connaître et expliciter les consignes et pictogrammes de sécurité
- Appliquer un règlement, une procédure en matière d'hygiène, de sécurité, de qualité et d'environnement

### **Acquérir les bons gestes et réflexes afin d'éviter les risques**

- Adopter les gestes et postures adaptés aux différentes situations afin d'éviter les douleurs et ménager son corps
- Se protéger avec les équipements adéquats et selon les règles transmises
- Connaître et appliquer les règles de déplacement de charges

### **Appliquer les gestes de premier secours**

- Maîtriser les gestes de premiers secours
- Réagir de manière adaptée à une situation dangereuse
- Identifier le bon interlocuteur à alerter selon les situations les plus courantes

### **Contribuer à la préservation de l'environnement et aux économies d'énergie, en environnement professionnel**

- Appliquer les règles de gestion des déchets et respecter les règles élémentaires de recyclage
- Faire un usage optimal des installations et des équipements en termes d'économie d'énergie
- Choisir et utiliser de manière adaptée les produits d'usage courant (papeterie, entretien ...)
- Proposer des actions en lien avec le développement durable

## Modalités pédagogiques

- Supports adaptés au public (fiches pratiques, exercices, didacticiels, sites Internet pédagogiques ...) Jeux de rôles
- Mises en situation liées à la vie quotidienne et/ou professionnelle

### ■ **Durée**

Variable selon résultats du positionnement et objectifs

### ■ **Public**

Tout public

### ■ **Pré-requis**

Aucun

### ■ **Validation**

- Attestation de compétences
- Accès certification CléA

### ■ **Lieu**

Greta Poitou-Charentes  
Agence d'Angoulême

### ■ **Dates**

Nous contacter

### ■ **Tarif**

Demander un devis



Pour toute information complémentaire :

**05 45 67 57 22**

[commercial.greta.agence-angouleme@ac-poitiers.fr](mailto:commercial.greta.agence-angouleme@ac-poitiers.fr)

[www.greta-poitou-charentes.fr](http://www.greta-poitou-charentes.fr)