

## DOH Consultants - Formation à l'Écologie Gestuelle (Avec outil EVAMOUV)

### Objectifs

- Se préserver des TMS et des risques ostéo articulaires lors d'exposition à des contraintes : postures, port de charges et mouvements.
- Se former aux gestes et postures les moins péjoratives pour la santé afin d'éviter de se confronter aux situations suivantes :
  - Être dans une zone d'amplitude angulaire extrême pour les articulations sollicitant les ligaments, les tendons, les disques intervertébraux.
  - Devoir solliciter les degrés de liberté des articulations de façon extrême.
- S'approprier les indicateurs biomécaniques permettant de développer une stratégie d'évitement et développer des gestes techniques propres à ses caractéristiques physiologiques et biomécaniques en toute sécurité, dans le respect du mieux-être au travail et de manière efficace.

### Contenu

- Où j'ai mal ?
- Et pourquoi ?
- La proprioceptivité
- La bio, la mécanique, la biomécanique
- Reformulation
- Vocabulaire commun
- Angles de confort : concept et réalité
- Étude d'un poste avec l'outil EVAMOUV

### Publics

Tout salarié soumis à un travail physique, préventeur, responsable, animateur Santé-Sécurité, qualité et/ou environnement, Élus du Comité Social et Économique, Service des RH

### Prérequis

Maîtrise de la langue française écrite et parlée

### Durée

La formation est organisée sur deux jours, de 9h00 à 17h00.  
Sa durée peut être adaptée en fonction de vos demandes

Programme	Jour 1	Jour 2
	<p><b>9h00 – 11h00</b></p> <p>Où j'ai mal? Et pourquoi? La proprioceptivité</p> <p><b>11h15 – 12h30</b></p> <p>La bio, la mécanique, la biomécanique</p> <p><b>13h30 – 15h15</b></p> <p>Reformulation Vocabulaire commun</p> <p><b>15h30 – 17h00</b></p> <p>Angles de confort : concept et réalité</p>	<p><b>9h00 – 10h30</b></p> <p>Préparation à l'étude de poste (choix du poste, descriptif des tâches.)</p> <p><b>10h45 – 12h30</b></p> <p>Observations et relevé de mesures avec l'outil EVAMOUV.</p> <p><b>13h30 – 15h15</b></p> <p>Analyse des résultats EVAMOUV</p> <p><b>15h30 – 17h00</b></p> <p>Synthèse de la session</p>

**Moyens  
pédagogiques**

Locaux adaptés pour accueillir 12 personnes, Paperboard, vidéo projecteur, Wifi  
Outil EVAMOUV : outil de motion capture permettant d'analyser les gestes et les postures d'un opérateur à un poste de travail  
Étude de cas, mise en situation

**Évaluation**

Chaque séquence fait l'objet d'un échange avec les stagiaires pour déterminer les compétences acquises (savoirs, savoirs faire et savoir être).  
Des QCM sont passés pour valider l'acquisition des savoirs.

**Formateur**

Consultant / Formateur de DOH Consultants

**Lieu**

Sur le site du client

**Tarif**

INTRA : 2 000 euros HT par jour, maximum 10 personnes (ne comprend que les frais pédagogiques).  
Sur-mesure : nous contacter

**Inscription**

[contact@dohconsultants.com](mailto:contact@dohconsultants.com), au plus tard un mois avant la formation

Pour un besoin en termes d'accessibilité aux personnes en situation de handicap, nous contacter à l'adresse mail ci-dessus.

---