



GESTES ET POSTURES

OBJECTIF

Apporter les connaissances nécessaires afin de diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liés aux activités physiques et de participer à l'amélioration des conditions de travail.
Former les salariés aux techniques de manutention et les adapter à leur poste de travail.

PROGRAMME

Tour de table
Réveil cérébral
Accidents du travail – Analyse
Notions d'anatomie et de physiologie
Les mauvaises positions et leurs conséquences
Les 12 principes de sécurité physique et d'économie d'effort
Ergonomie des postes de travail
Pratique et Techniques gestuelles
Apprentissage des gestes et postures
Conclusion

- **PUBLIC CONCERNE**
Toute personne étant amenée à manipuler des charges ou à effectuer des mouvements répétitifs dans le cadre de son emploi
- **DURÉE**
4 à 6h en fonction des postes de travail
- **LIEU DE FORMATION**
En intra dans votre entreprise
- **NOMBRE DE STAGIAIRES**
De 4 à 10 personnes
- **VALIDATION**
Attestation de stage délivré par le centre de formation