



PROGRAMME

GESTES ET POSTURES

LES TECHNIQUES POUR AMÉLIORER LA SÉCURITÉ ET LE BIEN ÊTRE AU TRAVAIL

PUBLIC : Personnel occupant un poste de travail à manutention manuelle de charges comportant des risques.

PRÉ REQUIS : Aucun

A L'ISSUE DE CETTE FORMATION, les participants seront capables de :

- Apprendre les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.
- Appliquer les principes d'économie d'effort

Taux d'acquisition : 98,44%

Formation 7 HEURES

INTER INTRA ENTREPRISES - 6 À 12 PARTICIPANTS

DÉFINITION

STATISTIQUES

CHIFFRES

LEXIQUE

LE COMPORTEMENT PHYSIQUE AU QUOTIDIEN

- LES ACCIDENTS DE LA VIE QUOTIDIENNE

L'ERGOMOTRICITÉ

- ACTION SUR LE MILIEU
- ACTION SUR L'HOMME

LES CONSÉQUENCES DES GESTES ET POSTURES

- TMS

LES ATTITUDES ET POSTURES, LES TECHNIQUES GESTUELLES

- ÉTUDE ET AMÉNAGEMENT D'UN POSTE DE TRAVAIL
- LE PARCOURS DU DOS
- LA MANUTENTION

INTERVENANT
Spécialisés en
ergonomie.

MÉTHODE

Supports
audiovisuels,
animation de
groupe, film et
vidéo, remise de
documents,
exercices pratiques.



SUR LE TERRAIN

- LE LIT, LES VITRES ET MIROIRS, LA SALLE DE BAIN
- LES MEUBLES ET LEURS DEPLACEMENTS
- LE SOL ET LES OUTILS

VALIDATION DE LA FORMATION : Evaluation des connaissances en fin de stage. Remise d'une attestation de formation gestes et postures.

INTERVENANT

Spécialisés en
ergonomie.

MÉTHODE

Supports
audiovisuels,
animation de
groupe, film et
vidéo, remise de
documents,
exercices pratiques.