



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

Formation 07 HEURES 00

INTERVENANT
Spécialisés en ergonomie.

MÉTHODE

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

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

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.