



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

INTERVENANT
Spécialisés en
ergonomie.

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

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