



GESTES ET POSTURES

PUBLIC CONCERNE

Equipe pluridisciplinaire

PRE-REQUIS

Aucun

FINALITES

- Mettre en œuvre la technique de manutention manuelle adaptée à sa tâche afin de réduire les accidents du travail (AT) – Maladies professionnelles (MP) dans l'entreprise

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES DE LA FORMATION

- Repérer les situations susceptibles d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.
- Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et d'études de cas.
- Analyse des pratiques professionnelles et mise en place d'indicateurs de suivi.
- Remise d'un support pédagogique à chaque participant.

MODALITES

Durée	1 jour
Calendrier	Intra, à définir
Lieu	Sur site
Horaire	09H00 - 17H30
Coût jour	Nous consulter
Coût session	Nous consulter

VALIDATION

Attestation de formation.



PROGRAMME

- **Importance des accidents du travail dus aux manutentions et aux manipulations :**
- **Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie permettant de découvrir les gestes à risques : le dos rond, la torsion en charge, les gestes répétitifs.**
- **L'accident de la colonne vertébrale, sa détérioration et ses facteurs aggravants (scoliose, lordose, cyphose...).**
- **La prévention du risque**
- **Exercice pratique de manutention de charges**
- **Mise en situation pratique au poste de Travail**