



## 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

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

**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**