

Gestes et Postures

OBJECTIF

- Maîtriser les techniques de manutentions.
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort à son poste de travail.

CONTENU

- Analyse des accidents du travail liés aux manutentions manuelles.
- Notion d'anatomie et de physiologie.
- Formation aux techniques gestuelles et à l'attitude sur le poste de travail.
- Exercices pratiques de manutention.
- Visite des postes de travail.
- Réflexions sur les améliorations possibles des postes de travail et mise en place d'un accompagnement.

MOYEN PÉDAGOGIQUE

- Cours théoriques et pratiques avec appui audiovisuel.
- Exercices pratiques de manutention.
- Préconisation de mesures améliorant l'ergonomie au poste de travail

TYPE D'ÉVALUATION

- Cette formation peut être réalisée en e-learning

PRE REQUIS

- Aucun prérequis

Délai d'accès :

- ❖ 7 jours minimums avant le début de la formation

Durée :

- ❖ 3 heures

Nombre de stagiaires :

- ❖ 10 stagiaires maximum

Tarif :

- ❖ Nous contacter pour plus d'informations

Responsable de formation :

- ❖ PAULIAT David
- ❖ PONCET Arnaud