

PRE-REQUIS : Cette formation est ouverte à tout salarié



OBJECTIFS de la FORMATION :

**Acquérir et perfectionner ses connaissances en
manutention manuelle**
Savoir appliquer les gestes & postures
**Diminuer les risques d'accidents & de maladies
professionnelles liés aux activités physiques**



DUREE TOTALE : 07 heures pour un groupe de 4 à 10 personnes

Méthodes pédagogiques : Le stage s'appuie principalement sur des cours théoriques en salle (avec des vidéos), des travaux en sous groupes,...



Validation : A l'issue de la formation, les stagiaires recevront une attestation de fin de formation.

Supports remis en fin de formation : Un aide mémoire

Encadrement :

Cette formation est dispensée par un formateur Gestes & Postures à jour de formation ou un formateur SST certifié et à jour de MAC.

•IMPORTANCE DU RISQUE : les accidents du travail, les maladies professionnelles et les coûts engendrés.

•ANALYSE DU RISQUE :

Notion d'anatomie,
Notion de physiologie,
Notion de pathologies.

•PREVENTION DES RISQUES :

Prévention des accidents de transport manuel et de manipulation,
Principe de sécurité physique et d'économie d'effort,
Principes de l'aménagement dimensionnel du poste de travail.



- **EXEMPLES PRATIQUES** :

Application des principes dans l'activité professionnelle,
Exemples d'application dans la vie quotidienne,
Exercices d'activités physiques et d'entretien.



Pour plus d'informations,
visitez notre site internet à l'adresse suivante :
www.tremat-formation.fr