

FORMATION GESTES & POSTURES

PRE-REQUIS	DUREE
Aucun	7 heures pédagogiques Pour un groupe de 4 à 10 personnes
OBJECTIF	
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	

Méthodes pédagogiques : Le stage s'appuie sur des cours théoriques en salle avec support vidéo

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

PROGRAMME :

- **IMPORTANTANCE 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