



FORMATION Gestes et Posture

PROGRAMME DE FORMATION

L'ESPRIT DE SECURITE DANS LES ACTIVITES DE MANUTENTION

- * Les risques d'accident du travail
- * Les protections individuelles
- * Comment modifier l'habitude qui masque les risques

LES MOYENS D'AMELIORATION

- * La colonne vertébrale
- * Etudes d'accidents causés par des mauvaises postures
- * Etude des principes d'**ECONOMIE D'EFFORT**

LA MANUTENTION ADAPTEE AU POSTE DE TRAVAIL:

Visite des différents postes de travail

- * Application des principes
 - de **SECURITE PHYSIQUE**
 - d'**ECONOMIE D'EFFORT**
- * Utilisation des matériels auxiliaires
- * Coordination des efforts
- * Synchronisation des gestes

SUPPORTS PEDAGOGIQUES

- * Mannequin
- * Auto critiques à l'aide de moyens vidéo
- * Documentation remise aux stagiaires



IDEAL PREVENTION SECURITE

Objectifs

Situer l'importance des risques d'accidents et de maladies professionnelles liés à la manipulation, au transport manuel, aux gestes répétitifs et aux postures de travail

Identifier et caractériser les risques physiques en utilisant les connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain

Identifier les éléments déterminants des gestes et des postures de travail
Proposer des améliorations pour éviter ou réduire les risques identifiés

Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation de travail

Durée

1 jour soit 07 heures 00

Personnes concernées

Tout public

Pré-Requis

Aucun pré-requis nécessaire pour suivre la formation

Reconnaissance

Une attestation de formation individuelle est délivrée au participant

Méthodes pédagogiques

Alternance de pratique et théorie
Support de cours, vidéoprojecteur

Programme.doc.le 31/01/2023 indice 2