



GESTE ET POSTURES DE TRAVAIL

CONTEXTE

Article R231-71 : la formation gestes et postures de travail est une obligation pour les entreprises ayant des travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles.

OBJECTIF

Acquérir les principes de base de sécurité et d'économie d'effort pour la manipulation de charges / manutention et de gestes et postures au travail.

Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liés aux activités physiques et maîtriser les techniques de manutention.

CONTENU

Module théorique :

- Le fonctionnement du corps humain et ses limites : le squelette, les muscles, les nerfs, la colonne, les vertèbres, les zones charnières, les atteintes, les conséquences (TMS)
- Les principes de base de sécurité et d'économie d'effort

- Facteurs de risques

Module pratique :

- Pratique en salle
- Pratique sur le poste de travail
- Conclusion

PUBLIC

Toute personne dont l'activité comporte des manutentions manuelles.

PRÉREQUIS

Maîtrise du français (oral et écrit), ne pas avoir de contre-indication au port des charges.

MOYENS PÉDAGOGIQUES SPÉCIFIQUES

Présentiel et travaux pratiques

ÉVALUATION

Examen théorique

DOCUMENTS DÉLIVRÉS

Attestation de fin de formation

PRIX ET DURÉE

7 heures : tarif à la session 700€ HT

NOTA

Formation intra entreprise uniquement pour 10 stagiaires maximum par session
Formation pouvant être réalisée dans vos locaux