



**ACCOMPAGNER
FORMER
PROTÉGER**



FORMATION SANTÉ AU TRAVAIL

GESTES ET POSTURES

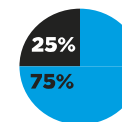


GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS

Mettre en pratique les principes de manipulation de charge afin de préserver son intégrité physique

THÉORIE
PRATIQUE



CONTENU

THÉORIE

- Les principes généraux de prévention
- Les principaux éléments de l'anatomie et de la physiologie de l'appareil locomoteur
- Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé
- L'importance des atteintes de la santé liées à l'activité physique
- Les facteurs de risques
- Prévenir le risque TMS

PRATIQUE

- Les principes de base d'aménagement dimensionnel des postes de travail (adapté à l'entreprise)
- Exercices de manipulation de charges
- Les aides techniques à la manutention

N.B. : Les stagiaires utiliseront leur tenue de travail.

Mettre à disposition le matériel utilisé par les salariés



INFORMATION PRATIQUE

4 H - De 1 à 8 personnes

PUBLIC CONCERNÉ : Tous salariés

PRÉREQUIS : Néant

PÉDAGOGIE : Exposé interactif – Apprentissage des gestes – Mise en situation

SUIVI ET ÉVALUATION : Lors de la pratique

DOCUMENT STAGIAIRE : Fiches réflexes

PROFIL DU FORMATEUR : Formateur gestes et postures - Expérience dans le domaine enseigné Capable d'adaptabilité aux différents profils formés.

CONTACT : contact@ftira.fr / 06 82 51 13 00

Possibilité d'accessibilité aux personnes en situation d'handicap

FORMATION ORGANISÉE SELON LES IMPÉRATIFS CLIENTS

