



Tel. : 09.53.88.20.87



Code : PRE GP 001 A

## GESTES ET POSTURES

<b>Objectifs de la Formation :</b>	Connaître les risques liés aux manutentions manuelles en industrie, commerce et BTP Maîtriser les techniques gestuelles permettant de limiter ces risques Initier les participants aux principes de base de l'étude de poste de travail.
<b>Public concerné :</b>	Personnel réalisant de façon occasionnelle ou régulière des manutentions manuelles
<b>Niveau d'admission :</b>	Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation
<b>Lieu :</b>	Dans l'entreprise ou chez ACOFORMA
<b>Durée :</b>	1 jour.
<b>Nombre de participants :</b>	De 4 à 10 participants maximum
<b>Méthode pédagogique :</b>	Exposés, vidéo, travaux de groupe, exercices pratiques, etc.
<b>Evaluation :</b>	Evaluation continue durant la formation.
<b>Validation :</b>	Attestation de stage.

## PROGRAMME

### THEORIE

- Accueil et présentation du programme
- Statistiques des accidents du travail de l'établissement et statistiques nationales
- Sièges des lésions, nature des lésions
- Notions élémentaires d'anatomie.
- Les principes de base de la manutention manuelle
- Analyse des situations de travail
- Principes d'amélioration du poste du travail

### PRATIQUE

- Exercices d'application des principes de manutention manuelle avec objets de taille et poids différents.
- Manutention d'objets divers spécifiques à l'entreprise
- Analyse d'une situation de travail.
- Etude d'un poste de travail.

Révision 1 – 01 février 2016