



GESTES ET POSTURES

GESTES ET POSTURES	
PUBLIC CONCERNE	Toute personne exposée, de par sa tâche (manutention, efforts, gestes répétés, postures statiques), à des risques ostéo articulaires. Toute personne ayant en charge la prévention des risques professionnels
OBJECTIFS	Etre capable de mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés et sécurisants pour une prise en charge de qualité optimale.
PREREQUIS	➤ Aucun
DUREE	➤ Une journée (7 heures)
VALIDATION	➤ Attestation de formation.
METHODES PEDAGOGIQUES	Pédagogie par objectifs : - Apports théoriques en salle - Applications pratiques - Autocontrôles et évaluations pour chaque objectif.
Compétences à acquérir	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Information générale sur la prévention des accidents du travail. ➤ Analyse des gestes et postures liés à la fatigue, des gestes répétitifs dans les accidents lors des transports manuels et des manipulations d'objets au poste de travail ➤ Notions de l'anatomie ➤ Revoir le fonctionnement du squelette sur les postes de travail, les risques d'accidents (osseux, musculaires, articulaires) et des maladies professionnelles (lombalgies, troubles musculo-squelettiques des membres supérieurs) ➤ Applications sur les situations de l'entreprise ➤ Exercices de manutention ➤ Démontrer l'éducation à l'effort ➤ Rechercher l'économie de fatigue, ➤ Démontrer l'adaptation au poste de travail de chaque salarié, ➤ Organiser les postes de travail, ➤ Hygiène de vie, travail et condition physique. ➤ Coût des AT