

PROGRAMME DE FORMATION GESTES ET POSTURES



OBJECTIFS :

- Sensibiliser sur le mécanisme « accident du travail et maladie professionnelle »
- Connaître les notions d'anatomie et de pathologies de base
- Connaître et appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Acquérir une méthode d'auto-analyse de sa propre situation de travail

PUBLIC :

- **Toute personne exerçant une activité au sein de leur entreprise**

PRE-REQUIS :

- **Aucun**

CONTENU :

- Observation des tâches professionnelles quotidiennes (sur le lieu de travail)
- Débriefing interactif
- Démonstrations concrètes des principes de base du « lever - porter de charges »
- Mise en pratique

DUREE DE LA FORMATION :

- **1 à 2 jours selon les objectifs pédagogiques**

**NOMBRE
DE PARTICIPANTS :**

- Groupe de 5 à 10 personnes

LIEU DE FORMATION :

- Sur le site de notre société ou sur le site de votre société

**MOYENS
PEDAGOGIQUES :**

- Diaporama interactif en salle
- Exercices pratiques
- Photos et vidéos

VALIDATION :

- Un livret aide-mémoire
- Attestation de stage