



## GESTES ET POSTURES

<b>Public</b>	Personnel d'entreprise
<b>Durée</b>	<b>4h00 / 7H00 si formation adaptée aux déplacements des personnes</b>
<b>Objectifs de la formation</b>	- Formation pour savoir porter une charge lourde, éviter les mauvais gestes et adapter les gestes répétitifs
<b>Méthodes et outils pédagogiques</b>	- Cours théoriques et pratiques
<b>Validation</b>	- Situation pratique

### Programme de la formation

- Les accidents du Travail
- Les maladies professionnelles
- Notions d'anatomie et physiologie
- Prévention du risque :
  - Transport manuel et manutention
  - Economie d'effort