



Formation

# GESTES ET POSTURES

## Objectifs

- **Connaitre les risques liés aux gestes et postures du travail**
- **Repérer, dans son poste de travail, les gestes et postures sources de Troubles Musculo-Squelettiques**
- **Connaitre et adapter les techniques préconisées en matière de sécurité physique et d'économie d'effort, afin de se protéger**
- **Connaitre les différents matériels de mainten-tions mécaniques**

## Public

Tout personnel

## Durée

1 jour

## Date

Nous consulter.

**Tarif Intra (Possibilité d'être formé sur votre site)**

**990 € / groupe**

## Programme :

- Les statistiques en termes d'accidents du travail et de maladies professionnelles
- Les notions d'anatomie
- Les facteurs d'usure et de fatigue
- Les techniques de lever-porter de charge
- Les principes d'aménagement des postes de travail
- Cas particulier

## Méthodes pédagogiques :

- Exposés interactifs
- Démonstrations pratiques
- Mises en situation



## Compétences visées :

*adapter ses gestes et postures en tenant compte des facteurs d'usure et de fatigue*

## Profil de l'intervenant :

Formateur gestes et postures

**C O N T A C T**

## Pour les départements :

**18/41 : 02 54 51 33 03**

**36/37 : 02 47 36 00 36**

**28/45 : 02 38 53 30 76**

**Ou au : 02 47 88 47 17**

**[crfp.centre@croix-rouge.fr](mailto:crfp.centre@croix-rouge.fr)**

