

## GESTES ET POSTURES

Code produit : GESPO

### OBJECTIF(S) DE LA FORMATION

- Acquérir les gestes et positions adaptées à son métier
- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liées aux manutentions manuelles

### PROGRAMME

#### THEORIE

- Aspects réglementaires
- Statistiques et analyses
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquées
- Etude des principes d'économie d'effort
- Savoir remonter des améliorations

#### PRATIQUE

- Organisation du poste de travail
- Mises en situation
- Exercices de manutention
- Analyse des comportements et de la gestuelle

### MODALITES D'EVALUATION

Lors d'exercices pratiques et de mises en situation, le candidat devra montrer sa capacité de compréhension et d'adaptation aux techniques mises en oeuvre



#### **PUBLIC CIBLE**

Tout personnel  
(aucun pré-requis)



#### **DUREE**

7 heures ou  
personnalisé



#### **EFFECTIF**

10 personnes  
maximum



#### **METHODES**

#### **PEDAGOGIQUES**

Apport théorique et pratique  
à travers plusieurs phases  
d'interactions avec le  
formateur



Locaux et formation accessibles  
aux personnes en situation de  
handicap

#### **LIEU**

Votre établissement



#### **TARIF**

Nous consulter



#### **VALIDATION**

Une attestation de formation  
sera remise à chaque participant

### **NOUS CONTACTER**

#### **IGNIS SECURITE**

Espace performance,  
Bâtiment B1 - B3 1er étage  
35760, Saint-Grégoire  
02.23.25.19.72

contact@ignis-securite.com

Les caractéristiques et descriptions sont sujettes à modifications sans préavis. Cette fiche n'est pas contractuelle.

SARL au capital de 5000 € - SIRET 527 978 613 00026 RCS RENNES