

GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS

- Utiliser les gestes et postures permettant de prévenir les Troubles Musculo Squelettiques et maladie professionnelles
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts en fonction des tâches professionnelles

CONTENU

- Définition et sensibilisation aux risques, aux accidents du travail et aux maladies professionnelles
- Quelques notions élémentaires d'anatomie et de physiologie
- Les Troubles Musculo Squelettiques et les lombalgie
- Les différentes composantes du poste de travail et de l'activité professionnelle
- Quelques notions d'ergonomie
- Utilisation des différentes techniques à mobiliser en fonction de son activité professionnelle

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Exposés oraux des principales notions accompagnées de supports adaptés au public (schémas, dessins, photos)
- Mises en situation et exercices pratiques
- Echanges d'expériences

PUBLIC

Salarié handicapé en Entreprise adaptée.
Travailleur handicapé en ESAT.

PRÉ REQUIS

Aucun

DURÉE

7 heures

DATE

Dans vos locaux pour vos équipes, nous contacter

LIEU

Dans nos locaux ou sur site

INTERVENANT

Olga PEROCHE
Aide-soignante,
Formatrice certifiée
« gestes et postures »

ÉVALUATION

QCM

VALIDATION

Certificat de réalisation

TARIF

300€ par personne
tarif groupe possible