



FORMATION GESTES ET POSTURES (Spéciale Bureautique)



Public concerné

Tous salariés des entreprises publiques ou privées.

Objectifs

Connaitre et appliquer les techniques de sécurité physique et d'économie d'effort, afin de limiter les atteintes à la santé.

Appréhender les risques dorso-lombaires et la prévention (directive du Conseil 90/269/CEE et code du travail Art. R231-66).

Durée

4h de face à face pédagogique.

Programme

- * Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS) et l'état des lieux des pathologies en France
- * Anatomie et biomécanique
- * Risques et pathologies du travail
- * Études des postes de travail
- * L'aménagement du poste de travail (ergonomie, ambiance ...)
- * La posture à adopter
- * Entraînement aux gestes corrigés

Supports remis

- * Attestation de formation
- * Livret de formation

