

Gestes et Postures (G&P)






Protégez votre dos en améliorant vos attitudes posturales



Objectifs pédagogiques

- Observer et analyser sa situation de travail pour participer à la maîtrise du risque dans son entreprise et à sa prévention
- Adapter ses gestes et postures lors des manutentions manuelles
- Connaitre le fonctionnement et les limites du corps humain

Organisation

 <p>Public concerné Ensemble du personnel</p>	 <p>Durée 3h30</p>	 <p>Effectifs Jusqu'à 10 stagiaires / groupe</p>
 <p>Déroulement Chez vous (intra-entreprise)</p>	 <p>Méthodes pédagogiques Exposés interactifs, vidéos, échanges entre participants et exercices pratiques</p>	

Documents remis

Attestation individuelle de formation
Aide mémoire pour chaque participant



Nous contacter

☎ 09 86 23 33 22 ✉ contact@protectup.fr



Contenu

Partie théorique avec des applications pratiques



Les indicateurs de santé au travail

Le corps humain

- *Introduction à l'anatomie*
- *Introduction aux limites du corps humain*

Les facteurs de risques

- *Les facteurs aggravants*
- *Les amplitudes articulaires*

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

Port de diverses charges présentes dans l'activité

Votre intervenant au sein de l'équipe PROTECT'UP

Formateur Gestes et Postures, PRAP IBC et santé sécurité au travail

« Contribuer à la sécurité de tous, c'est l'affaire de chacun. »

N'attendez plus pour vous former !

