# **GESTES ET POSTURES**



### Objectifs

Prévenir les troubles musculo-squeletiques.

#### Contenus

Identifier et caractériser les risques liés à la manipulation et au transport manuel de charges – Comprendre le fonctionnement du corps humain – Maîtriser les règles de sécurité physique et d'économie d'effort – Appliquer ces règles de sécurité permettant de limiter les risques liés aux lever/porter/déplacer/déposer des charges – Analyser une situation de travail en tenant compte de ces règles – Proposer des améliorations concrètes.

### Pré-requis

Pas de pré-requis.

### Modalités et délais d'accès à la formation

10 personnes - Tout travailleur dont l'activité comporte une activité physique.

#### Public concerné

Tout public, Salariés, Demandeurs d'emploi

## Accessible aux personnes handicapées

### Durée

- Nombre d'heures en centre : 7h
- Nombre d'heures au total : 7.h

## Méthodes pédagogiques

- Alternance d'apports théoriques et d'applications pratiques.

### Modalités d'évaluation

• Évaluation orale et/ou écrite au cours de la formation

#### Validation

Attestation de compétences.

## Modalité de financement

- Financement individuel
- Financement Région
- Financement France Travail

### Tarif

Prix maximum : 23€/heure.

Tarif donné à titre indicatif, modulable en fonction du projet et du statut du candidat. Pour une réponse sur mesure : nous contacter.

## Résultat(s)

Pas de taux récent disponible.

## Information(s) diverse(s)

Nous contacter pour les dates de session.



Égalité

Fraternité

