

# GESTES ET POSTURES



## Objectifs

Prévenir les troubles musculo-squelettiques.

## 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

4 semaines avant l'entrée en formation

## Public concerné

Tout public, Salariés, Demandeurs d'emploi

## Accessible aux personnes handicapées

## Durée

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

## Dates

Aucune session enregistrée à ce jour.

## Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et d'applications pratiques.

## Validation

Attestation de compétences

## Modalité de financement

- Financement individuel
- Plan de développement des compétences

## Tarif

16€ de l'heure stagiaire

Complément sur le tarif : personnalisable en fonction du statut du candidat

## Résultat(s)

Taux réussite : 100% (2023); taux d'insertion 100% (2023), taux de satisfaction : 100% (2023)