



PRST 

Gestes et Postures

## Objectifs

- Connaître les risques liés aux gestes et postures.
- Repérer, dans son poste de travail, les gestes et postures sources de Troubles Musculo-Squelettiques.
- Connaître et adapter les techniques préconisées en matière de sécurité physique et d'économie d'effort.

## Public concerné \_\_\_\_\_

- Tout personnel.

## Contenu de la formation \_\_\_\_\_

- Les statistiques en termes d'accidents du travail et de maladies professionnelles.
- Les notions d'anatomie.
- Les facteurs d'usure et de fatigue.
- Les techniques de lever-porter de charge.
- Les principes d'aménagement des postes de travail.
- Cas particuliers.

## Méthodes pédagogiques \_\_\_\_\_

- Exposés interactifs.
- Démonstrations pratiques.
- Mises en situation.

## Intervenant(s) \_\_\_\_\_

- Formateur gestes et postures.

**Durée** 1 jour | **Tarif net 2014** : 220 € /personne

(hors Outre-mer et centre national)