

**Gestes et postures**

**Objectifs :**

A l'issue de cette formation le stagiaire sera capable de :

- Repérer les situations nuisibles pour la santé ou qui entraînent des efforts nuisibles ou excessifs.
- Acquérir les bons gestes et les bonnes postures pour toute manipulation de charge
- Appréhender les risques dorso-lombaires et la prévention des accidents du travail.

**Le public :**

Tout personnel désirant prévenir le mal de dos lié aux mauvaises postures.

**Thèmes :**

- 1) Appréciation du poste de travail
- 2) Le schéma corporel et les postures
- 3) Principes généraux de manutention
- 4) Application au poste de travail



**Durée :** 07 heures