

Gestes et postures – Prévention du mal de dos et des TMS

Objectifs :

Limiter les risques de tendinites et autres inflammations musculo squelettiques provoqués par les gestes répétitifs et postures prolongées.

Limiter les risques lors des ports de charges et autres gestes professionnels.

Maîtriser les principes de manutention manuelle et les techniques pour soulever, porter et déplacer diverses charges.

Utiliser au quotidien les principes de récupération active au poste de travail.



1 à 12



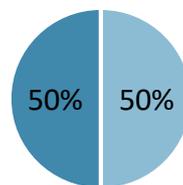
7H00



Inter ou Intra



Tout public



■ Théorie ■ Pratique

- Retour d'expériences
- Risques de l'entreprise ou de l'établissement
- Modifications du programme
- Révision des gestes d'urgence

- Lors de diverses mises en situations d'accidents simulées, savoir adapter la bonne action à mener