

GRP01 Prévention des risques liés à l'activité physique – « Gestes et postures »..... Durée : 1 à 2 jours

Objectifs :

- Apprendre à soulever et porter les charges
- Apprendre à se tenir dans les «bonnes positions», évitant ainsi la fatigue.
- Eviter les accidents dus aux mauvaises positions du corps ainsi qu'au manque de coordination des gestes.
- Acquérir des notions de base en matière d'ergonomie et d'agencement du poste du travail.

Public :

- Opérateurs, opératrices des services maintenance, qualité, production, manutentionnaires, magasiniers

Principaux éléments du programme :

- Relation entre sécurité et :
- Rappel d'anatomie
- Les gestes à risques et leurs conséquences
- Ergonomie de correction
- Les troubles musculosquelettiques (TMS)
- Analyse d'un poste de travail