

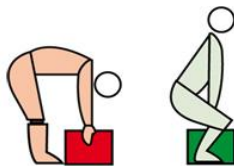


## GESTES ET POSTURES

### Objectifs

Apprendre les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles

### Programme



#### Définition

#### Statistiques

#### Chiffres

#### Lexique

#### Le comportement physique au quotidien :

- Les accidents de la vie quotidienne

#### L'ergomotricité :

- Actions sur le milieu
- Actions sur l'homme

#### Conséquences des gestes et postures :

- TMS

#### Les attitudes et postures, les techniques gestuelles :

- Etude et aménagement d'un poste de travail
- Le parcours du dos
- La manutention

#### Sur le terrain :

- Le lit, les vitres et miroirs, la salle de bain
- Les meubles et leurs déplacements
- Le sol et les outils

### Public

Article R4541-8 du CT  
Créé par [Décret n°2008-244 du 7 mars 2008 - art. \(V\)](#)  
L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles de cette formation

### Durée et tarifs

1 jour  
Tarifs et devis sur demande

#### Stage Inter-entreprises :

Mini groupes de 6 à 10 personnes constitués de stagiaires issus d'entreprises similaires ayant les mêmes objectifs

#### Stage Intra-entreprise :

A partir de 2 personnes, entièrement dédié aux objectifs de l'entreprise

