Gestes et Postures

REFERENCE: SEC067
Formateur: LEON KREMER s.à r.l.

1.0 Jour(s)

Description

Acquérir les connaissances nécessaires pour réaliser son travail dans les meilleures conditions de sécurité possibles. Cette formation est reconnue en tant que formation complémentaire pour les travailleurs désignés (Arrêté ministériel du 19.11.18).

Objectifs

Acquérir les connaissances nécessaires pour réaliser son travail dans les meilleures conditions de sécurité possibles.

Cette formation est reconnue en tant que formation complémentaire pour les travailleurs désignés (Arrêté ministériel du 19.11.18).

Public cible

Toute personne intéressée par le sujet

Contenu

- Quelques statistiques
- Prévention des accidents de travail de manutention manuelle
- Notions d'anatomie et facteurs aggravants (vieillissement naturel, les poids, ...)
- L'accident musculaire et l'accident de la colonne vertébrale
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort dans les lever-porter
- Le travail musculaire dynamique / statique
- Exercices pratiques de manutentions manuelles

Pédagogie

Exposés théoriques et exercices pratiques

Indications

Cette formation peut être dispensée en 4 heures en fonction des postes de travail concernés (exemple : postes administratifs)