

# GESTES ET POSTURES

Santé et Sécurité au Travail

Dans le cadre du Plan de Développement des Compétences



Arnaud SELLIER  
Dirigeant  
de AT CONSULTING  
31 Allée du Camp de Catis  
31840 SEILH  
07 88 29 44 59

contact@atconsulting.fr  
www.atconsulting.fr

SASU au Capital Social  
de 1000€  
N° Siret : 88526472100014  
Code APE/NAF : 7022Z



## Responsable de Formation :

Arnaud SELLIER  
arnaud.sellier@atconsulting.fr

## Formateur :

Florence MARCASSIN  
06 47 03 26 90  
florence.marcassin@atconsulting.fr



## DUREE :

3,5 heures en présentiel en  
inter ou intra-entreprise ( 4 à  
10 pers maxi).



## TARIF :

120 €\* H.T. par stagiaire en  
inter-entreprises  
790 € \*H.T. en intra-entreprise



## DOMAINE DE FORMATION :

**300** - Spécialités plurivalentes des services.

**315 r** - Ressources humaines, Gestion du personnel, Gestion de l'emploi, Contrôle et Prévention

**100** - Formations générales



## OBJECTIFS :

Développer la connaissance des risques dorsolombaires et leur prévention via la mise en œuvre de techniques de gestes et postures adaptées au poste de travail.

\* Hors frais de déplacement



## RÉSULTATS ATTENDUS :

Être capable d'appréhender des risques dorsolombaires et leur prévention

Être capable de mettre en œuvre les techniques de gestes et postures adaptées au poste de travail pour réduire la fréquence des accidents,

Réduire la fatigue et améliorer ses compétences professionnelles

.....



## PROGRAMME DE FORMATION :

- 1 - Sensibilisation aux risques liés à la manutention manuelle
- 2 - Accident du travail et maladie professionnelle
- 3 - Réglementation et principes généraux de la prévention
- 4 - Notion d'anatomie et physiologie
- 5 - Lésions et évolutions des pathologies
- 6 - Principe d'économie d'effort
- 7 - Postures lors de manipulations de charges
- 8 - Postures au poste de travail



Nous vous proposons également les formations suivantes :

**Santé et Sécurité au Travail:** Référent en Santé et Sécurité au Travail, Sauveteurs Secouristes du Travail, Incendie, Autorisation d'Intervention à Proximité des Réseaux.

**Création/Reprise d'Entreprise:** L'Entrepreneur Efficace, Créer son site internet avec SimpliSite®

## NOS PREOCCUPATIONS

### VOTRE SATISFACTION / VOTRE REUSSITE



#### PUBLIC

Toute personne ayant à effectuer de la manipulation ou le transport de charges.

Toute personne ayant à effectuer des gestes répétitifs,

#### PRÉREQUIS

Aucun.

#### HANDICAP

Nous nous engageons à prendre en compte les candidatures de personnes en situation de handicap et à étudier les éventuelles adaptations de nos formations (locaux, méthodes pédagogiques, matériel nécessaire,...) aux situations pouvant se présenter. Dans ce cas, nous contacter.