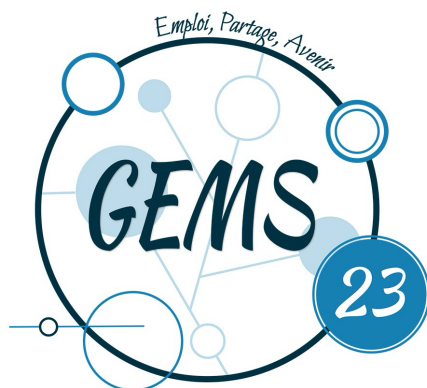




☎ 07 86 87 47 07

📍 6 Rue de Maindigour
23000 GUERET

✉ udps23@anps.fr



GEP - Gestes et Postures

1 jour 4 heures

Programme de formation

Public visé

Tout salarié d'entreprise des secteurs de l'industrie, commerce, BTP ou tertiaire qui souhaite prévenir le mal de dos lié aux mauvaises postures trouvera dans cette formation des conseils en ergonomie et organisation du travail.

Pré-requis

Aucun

Objectifs pédagogiques

Les objectifs sont d'expliquer les possibilités et les limites des capacités physiques de chacun, d'acquérir les bons gestes en activité professionnelle et les postures de travail correctes afin de prévenir les troubles musculo squelettiques et réduire les arrêts de travail liés au mal de dos.

Description / Contenu

Cette formation se déroule en 4h.

Les observations, critiques et solutions proposées sont entièrement personnalisées à l'environnement réel des salariés.

Modalités pédagogiques

La formation aborde les points suivants:

- A la découverte de notre colonne vertébrale, comment fonctionne-t-elle? Quelles sont les causes, les atteintes et les remèdes du mal de dos?





07 86 87 47 07

6 Rue de Maindigour
23000 GUERET

udps23@anps.fr

- Voir, comprendre, sentir les bonnes et mauvaises postures.
- Application directe sur le poste de travail.
- Fonction administrative (bureau, chaise, ordinateur, rame de papier...), Fonctions technique (port de matériel lourd, chargement / déchargement de chariots ...).

Moyens et supports pédagogiques

En fonction de l'entreprise, cette formation s'adapte au locaux et métiers.

Modalités d'évaluation et de suivi

Une attestation de formation est délivrée à tous les participants.

