

Réf : 0706

**Education ouvrière : gestes et postures au travail**

<b>Population :</b> - Opérateurs, opératrices des services production, maintenance, qualité, sécurité. - Manutentionnaires, magasiniers - Membres des CSST	<b>Objectifs :</b> - Apprendre à soulever et porter des charges. - Apprendre les bons gestes, et se sentir dans de bonnes conditions évitant ainsi la fatigue. - Eviter les accidents dus aux mauvaises postures et au manque de coordination des gestes - Faire acquérir des notions de base en matière d'ergonomie du poste de travail.	
<b>Programme :</b>	<b>Introduction</b> <b>Relation entre sécurité, gestes, postures et fatigue.</b> <b>Rappels d'anatomie et de physiologie</b> <b>Les principaux risques</b> <b>Les positions : les bonnes postures</b> <b>Les mouvements</b> <b>Les gestes et la nature du travail</b> <b>La manutention</b> <b>L'ergonomie des postes de travail</b> <b>La respiration et la relaxation</b> <b>Etudes de cas</b>	
<b>Période :</b>	A déterminer	
<b>Durée :</b>	02 jours	
<b>Animateur(s)</b>	<b>Niveau d'Etude</b>	<b>Fonction Occupée</b>