



Gestes et postures: “Port de charges lourdes”

Public cible : Tout public

Pré-requis et niveau d'entrée : Aucun.

Méthode: Pédagogies actives et participatives. Dispensées en situation réelle de travail sur site ou mise en situation.

Évaluation : Positionnement à l'entrée (évaluation des acquis) Exercice réalisé par chaque stagiaire. Évaluation en fin de session.



- Pôle Formation,

Complexe Euroméditerranéen.
2 Rue du Centre, 48100 Montrodat

- Site de travail



7 heures



800€ net par session

1 à 10 participants maximum



Attestation de formation



Repas inclus



Matériel mis à disposition

LES OBJECTIFS

Acquérir des gestes de bonnes pratiques professionnelles et de bonnes utilisations du matériel.

Assurer le port de charges en toute sécurité (placement)

Prévenir les accidents et/ou les traumatismes lors du port de charge.

Organiser les espaces de travail répartissant les charges à hauteur.

- Analyse de la bonne posture à adopter lors de port de charges.
- Guidance à partir des tractions ou des poussées de matériel.
- Présentation de différentes techniques de port de charges
- Notion de biomécanique, de placements et exercice d'éducation gestuelle spécifique pour améliorer le confort de l'utilisateur lors de la manutention de charge



Lionel Prieur

☎ 06.63.11.23.10

✉ formations@cem-montrodat.com

📍 2, Rue du Centre, 48100 Montrodat

www.cem-montrodat.com