

Gestes et postures

OBJECTIFS

Obtenir le certificat de formation gestes et postures.

Situer le rôle des instances et de répertorier les obligations que lui impose le respect, à son niveau de la réglementation.

Comprendre la mécanique humaine, de mesurer l'efficacité des bonnes méthodes, d'intégrer, d'adapter et d'automatiser la démarche.

Réaliser en sécurité les opérations de manutention manuelles prescrites.

MODALITÉS

Publics visés	Tout public Demandeur d'emploi
Modalité d'enseignement	A temps plein., cours en présentiel
Pré-requis	Pas de prérequis.
Modalité de sélection	Non renseigné
Période d'inscription	
Modalité d'inscription	Non renseigné

PROGRAMME

Théorie

La réglementation :

- Principes généraux de prévention.
- Accidents du travail.
- Maladies professionnelles.

La sensibilisation :

- Connaissances des risques.
- Études des indicateurs.
- Les différents risques et leurs évolutions.

Approche ergonomique des postes de travail :

- Analyse des postes des participants.
- Critique constructive.

Incidences des conditions de travail et de l'environnement :

- Rythmes particuliers.
- Nuisance diverses.

La mécanique humaine :

- Notions d'anatomie.
- Fatigues et lésions.

Recherche et définition des principes de base :

- De sécurité physique.
- D'économie d'effort.

Pratique

Applications pratiques. Intégration et automatisation :

- Manipulations, essais, démonstrations.
- Entraînements individuels.
- Analyse et correction.

Adaptation à la situation de travail :

- Recherche du geste et de la posture adéquats.
- Suivi et correction.
- Propositions d'amélioration.

ORGANISME

ERTF Établissement

3 rue dreyfus dupont 57050 METZ

DATES ET LIEUX DE FORMATION

Session	Lieu
Du 01/01/2026 au 31/12/2026 Période d'inscription : Du 01/01/2026 au 31/12/2026 Lieu de formation : 3 Rue Dreyfus Dupont 57050 Metz Réf session CARIF : LO1879899	Metz (57)
Du 01/01/2025 au 31/12/2025 Période d'inscription : Du 01/01/2025 au 31/12/2025 Lieu de formation : 1 Rue Ampere 67720 Hœrdt	Hœrdt (67)

Session

Lieu

Réf session CARIF : LO1774867