

OBJECTIFS

- Prendre conscience des effets des gestes et postures sur la santé.
- Être capable d'appliquer les bonnes pratiques relatives aux gestes et postures.
- Être capable d'aménager son environnement de travail pour limiter les contraintes lors de son activité.

DUREE

- Théorie : présentation collective de 45 min
- Mise en pratique : 1H

CONTENU DE LA SENSIBILISATION

- Théorie :
 - Qu'est-ce qu'un geste ? Qu'est-ce qu'une posture ?
 - Quelques notions de d'anatomie et physiologie.
 - Les effets sur la santé.
 - Les facteurs de risques.
 - Quelle prévention ?
 - Le cadre réglementaire.
- Mise en pratique :
 - Démonstration de gestes.
 - Réglage des équipements de travail.
 - Identification des axes d'amélioration.



ORGANISATION

Le CDG intervient avec son matériel : ordinateur et vidéoprojecteur.

La collectivité met à disposition une salle où l'on peut projeter un diaporama.

La présence d'un responsable et/ou référent prévention de la collectivité est conseillée.