



# ATLANTIQUE FORMATIONS

## GESTES ET POSTURES

*Donnez du sens à votre sécurité !*

### Techniques de manutention manuelles

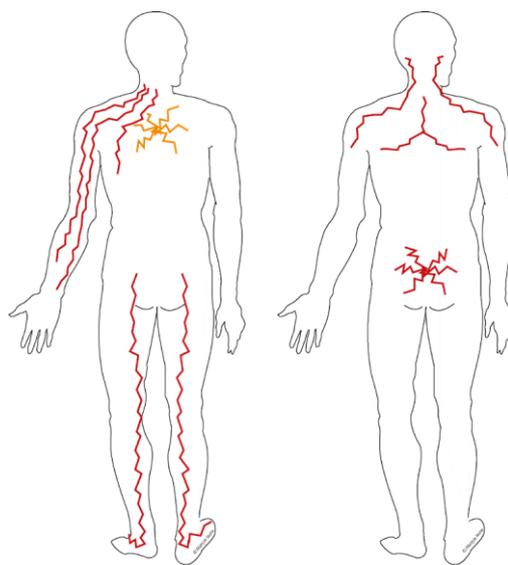
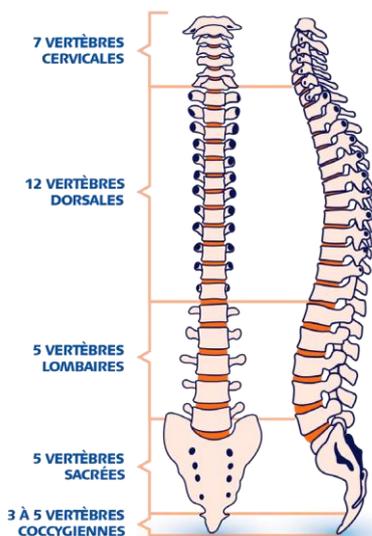
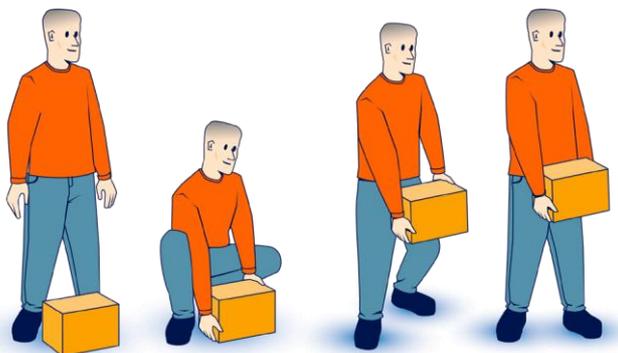
### Gestes et Postures

*La formation des risques liés aux manutentions manuelles concerne toute personne dont le travail implique régulièrement :*

- La manutention de charges;
- L'exécution de gestes précis ou répétitifs;
- Les postures à risques.

➤ *Les compétences recherchées :*

- Analyser les risques de ses postes de travail, puis adapter son comportement;
- Évaluer et analyser les risques liés aux manutentions manuelles;
- Repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs;
- Identifier et caractériser les risques physiques en utilisant les connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain;
- Appliquer les règles pour acquérir une technique et une capacité à manutentionner.



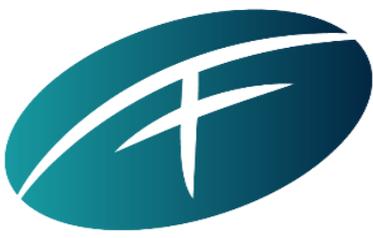
ATLANTIQUE FORMATIONS SAS – Capital social : 30 000 euros

13 rue de la Côte d'Ivoire – 17000 LA ROCHELLE

Tél. : 05 17 500 550

Siret : 894 675 214 00015 Code APE : 8559A

Immatriculée au greffe du tribunal de commerce à La Rochelle – Numéro de gestion 2021B00350



# ATLANTIQUE FORMATIONS

GESTES ET  
POSTURES

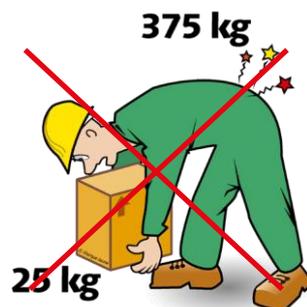
*Donnez du sens  
à votre sécurité !*

*Il s'agit d'une formation répondant à l'article R 4541-8 du Code du Travail : toute personne, dont l'activité comporte des manutentions manuelles, doit bénéficier d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution des opérations.*

*À l'issue des formations théoriques et pratiques, ATLANTIQUE FORMATIONS effectue un contrôle des connaissances et savoir-faire du stagiaire, et délivre une attestation de formation.*

#### QUELQUES ACTIONS PAR EXEMPLE :

- AVOIR UN COMPORTEMENT ADAPTE FACE AUNE SITUATION COMPLEXE
- RECHERCHER LES RISQUES PERSISTANTS POUR LES ÉVITER
- UTILISER LES MOYENS MISES À DISPOSITION
- ÉTUDIER LES PRINCIPES D'ÉCONOMIES D'EFFORTS
- ADAPTER SON POSTE DE TRAVAIL
- FAIRE LES BONS GESTES AU POSTE DE TRAVAIL



ATLANTIQUE FORMATIONS SAS – Capital social : 30 000 euros

13 rue de la Côte d'Ivoire – 17000 LA ROCHELLE

Tél. : 05 17 500 550

Siret : 894 675 214 00015 Code APE : 8559A

Immatriculée au greffe du tribunal de commerce à La Rochelle – Numéro de gestion 2021B00350

Techniques de manutention  
manuelles

Gestes et Postures