



Chambres de Métiers  
et de l'Artisanat

Isère

LES



Richesse des échanges

Amélioration de vos conditions  
physiques de travail

Coût de la formation

## Améliorer vos gestes et postures

*Acquérir des notions de prévention des risques  
liés à votre activité physique*

### OBJECTIFS

- *Connaître l'anatomie du corps humain*
- *Acquérir des connaissances permettant de participer efficacement à l'amélioration des conditions de travail*
- *Prévenir les maladies musculo-squelettiques*

### CONTENU

- **Statistiques et coûts** : définir l'accident du travail et évaluer ses coûts, situer l'importance des risques d'accidents et des maladies professionnelles liées à l'activité physique
- **Connaissance du corps humain** : identifier et caractériser les risques liés à la manipulation, au transport manuel, aux postures de travail et aux gestes répétitifs, définir les troubles musculo-squelettiques
- **Analyse d'une situation de travail** : observer et analyser une situation de travail type, proposer des améliorations susceptibles de réduire les risques identifiés
- **Mise en application** : appliquer des principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts selon la situation de travail

### POUR QUI ?

Chef d'entreprise, conjoint,  
collaborateur, salarié

### PRÉ-REQUIS

Aucun

### LE FORMATEUR

Un formateur dûment sélectionné ayant  
une très bonne connaissance des petites  
entreprises

### DURÉE

1 jour

### OÙ ET QUAND ?

**Grenoble :**

29 janvier - 30 novembre

**Vienne :**

12 mars - 13 septembre

### COÛT (NET DE TAXE)

**Artisan : 20 €\***

\* Grâce à la prise en charge financière du Conseil de la Formation

**Salarié : 210 €**

**Renseignements et inscription :**

Site de Grenoble : 04 76 70 82 12

Site de Vienne : 04 74 57 70 70

formation@cma-isere.fr