

**Durée :**  
7h soit 1 jour

**Dates :**  
11 avril  
29 août  
17 décembre

**Tarifs :**  
Adhérent UNITEX : 290€ ht/jour/stagiaire  
Public : 390€ ht/jour/stagiaire  
Effectif minimum 5 participants

Présentiel

Lyon, Roanne, Voiron

## Pour qui ?

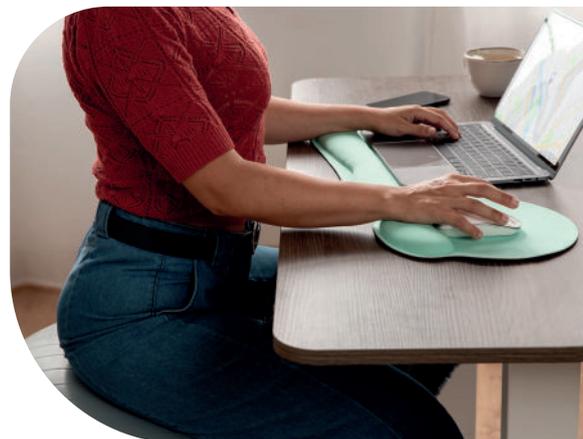
Toute personne amenée à manipuler des charges, ou faire des gestes répétitifs.

## Prérequis :

Compréhension orale et écrite du français

## Objectifs de la formation :

- Acquérir les connaissances nécessaires pour se préserver des risques d'accidents et de maladies professionnelles.



## Compétences visées :

- Définir la notion de gestes et postures au travail, repérer les risques et savoir les analyser
- Appliquer les bons gestes et les bonnes postures à son poste de travail pour limiter tout risque d'accident ou de maladie professionnelle
- Participer à l'amélioration des conditions et de la qualité de vie au travail

**Délai d'accessibilité :** Sous 7 jours après inscription

## Méthodes et moyens pédagogiques :

- Méthode interactive
- Des exercices d'application permettant la mise en oeuvre concrète
- Des échanges de pratiques
- Apports théoriques illustrés par des échantillons et supports vidéos
- Remise de documents pédagogiques



Sur mesure

## Modalités d'évaluation :

- Exercices pratiques
- Mises en situation

## Modalité de validation :

Attribution d'une attestation de formation  
Maya Campus - UNITEX

## ✈ Aller plus loin :

Adaptation du programme selon votre niveau de départ et de vos objectifs sur simple demande

En savoir + : [www.unitex.fr](http://www.unitex.fr)

## 📊 Unitex en quelques chiffres :

La région Auvergne Rhône-Alpes (AURA) est la 1ère région textile de France

UNITEX AURA est l'organisation professionnelle du textile qui représente :

- 29 % des entreprises de la région AURA (600)
- 27 % des emplois de la filière (17 000)
- 25 % du CA réalisé (3,3 milliards d'euros)