FICHE FORMATION

APPLIQUER LES BONS GESTES DANS SA PRATIQUE QUOTIDIENNE : COMMENT PROTÉGER SON DOS

OBJECTIFS

Corriger les mauvaises postures.
Adopter les postures et les gestes en situation de travail afin d'améliorer son efficacité professionnelle et son confort physique, notamment celui du dos.

CONTENU

1 - Connaissances du dos.
2 - Principes généraux d'ergonomie et de manutention.
3 - Analyse des différents postes de travail en restauration.
4 - Mise en pratique autour des gestes professionnels et mises en situation à partir d'un plateau technique (cuisine, service et étages).

PRÉ-REQUIS

Être en situation d'emploi dans la restauration ou l'hôtellerie aux postes de cuisiniers, aides-cuisiniers , serveurs en restauration, employés d'étages

PUBLICS

Tout public

VALIDATION

Attestation de fin de formation

NIVEAU DE SORTIE

Sans équivalence de niveau

SERVICES VALIDEURS

Le Greta délivre une attestation des acquis

TARIF

Consulter le Greta

DURÉE INDICATIVE

14 heures

Contacts

GRETA SAVOIE HAUTE-SAVOIE

GRETA SAVOIE HAUTE-SAVOIE
9 rue des Marroniers
74100 ANNEMASSE
Tél : 0450439181
Courriel : contact@greta73-74.fr

Ce document est un résumé et ne revêt aucun caractère contractuel

FICHE FORMATION

Mise à jour le 10 Octobre 2022

Ce document est un résumé et ne revêt aucun caractère contractuel