

Prévention des troubles musculosquelettiques : Geste et Posture



Télétravail : Adapter son poste de travail à domicile avec le matériel disponible



Aide à domicile : Adopter les bonnes pratiques dans des environnements variés



Industrie agroalimentaire : Maîtriser l'alternance posturale et les stratégies gestuelles efficaces



BTP : S'organiser au quotidien pour préserver sa santé



Transport : Optimiser les réglages ergonomiques du poste de conduite et prévenir la sédentarité



Crèche : Adapter le travail au sol et adopter les bonnes pratiques lors des interactions avec les enfants



Secteur sanitaire et social (Hôpital, Ehpad) : Travailler avec les patients pour favoriser le bien-être de tous



Industrie métallurgique : Adapter ses gestes et postures dans un contexte de multi-risques



Manutention : Maîtriser les gestes et postures liés au port de charges lourdes



Travail sur écran : Améliorer l'ergonomie du poste et prévenir la sédentarité