



DISPOSITIF PREVENTION - Màj 08/10/2024

Accessibilité aux personnes handicapées :
nous contacter

OBJECTIF DE LA FORMATION

Apprendre les techniques de manutention et maîtriser l'utilisation des aides techniques.

COMPETENCES DEVELOPPEES

Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles Être capable d'exécuter des gestes adaptés pour lever et porter des charges dans les meilleures conditions Améliorer son poste de travail Analyser les risques Prendre conscience des accidents de manutention Se mettre en conformité avec le décret du 3/09/92 du Code du Travail

Public :

Tout salarié réalisant régulièrement des ports de charges dans son activité professionnelle. Pas de pré-requis.

Durée et modalité : 1 jours – 7 heures

Organisation : 10 stagiaires maximum (inter ou intra).

Moyens : salle de formation. Postes de travail

Formateur spécialisé en prévention des risques professionnels

Pédagogie : exposés théoriques, exercices pratiques. 70 % pratique 30 % théorique

Evaluation de la formation :

Recueil personnalisé des attentes.

L'évaluation de la qualité de formation se fait tout au long de la formation par des exercices de mise en pratique liés directement aux différents thèmes abordés

Délivrance d'une attestation individuelle de formation.

Évaluation à chaud et à froid

GESTES ET POSTURES

Manutention de charges

La formation Gestes et Postures est la formation de référence en manutention pour le personnel devant réaliser régulièrement des ports de charges au travail.

A l'issue de cette formation, les stagiaires seront en mesure d'utiliser les techniques de manutention adaptées aux situations rencontrées et d'appliquer au quotidien les notions de sécurité physique et d'économie d'effort

CONTENU DE LA FORMATION

- 1) Étudier et appliquer les principes d'ergonomie liés au port de charges :
Les limites du corps humain : anatomie, physiologie, pathologies.
Les atteintes de l'appareil locomoteur et ses conséquences.
Les facteurs de risques aggravants : centre de gravité, colonne vertébrale, points d'appui.
Connaître les risques liés à son secteur d'activité.
Repérer les facteurs de chutes, d'accidents de manutention et de TMS.
Prendre en compte ses contraintes physiques, mentales et émotionnelles.
- 2) Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles :
Adopter des principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
Adopter des manutentions protectrices et adaptées à son métier.
Utiliser efficacement les aides techniques préventives.

Votre contact, Sybille Treard au 06 45 84 39 81