

Gestes et Postures Manutention de charges inertes



Cette formation permet aux stagiaires d'adapter les techniques de manutention manuelle aux situations de travail et d'appliquer au quotidien les notions de sécurité physique et d'économie d'effort.

	Toute personne exposée à des activités imposant des postures statiques et/ou contraignantes dans tous secteurs d'activité.
	1 jour soit 7 heures en présentiel.
	De 1 à 10 stagiaires.
	En Île-de-France / Paris et France entière.
Pré-requis	Aucun niveau de connaissance préalable n'est requis pour suivre cette formation.
Accessibilité	Si un stagiaire à des contraintes particulières liées à une situation de handicap, veuillez nous contacter au préalable afin que nous puissions adapter l'action de formation. Nos salles sont conformes aux normes d'accessibilité.
Formateur(s)	Formateurs PRAP IBC habilités suivant un dispositif INRS imposé, à jour de leurs formations.
Tarifs	Sur devis.
Horaires	À la carte
Contact	christine.delaune@acms.asso.fr

Références réglementaires :
Art L. 6353-1, Art. L4121-1, R4541-7 et R4541-8 du code du travail.

OBJECTIFS

- Identifier les risques liés à la manutention manuelle, appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort afin de diminuer les risques d'AT/MP.
- Diminuer les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS).
- Utiliser les aides techniques mises à disposition.

APTITUDE

- Repérer les risques liés à la manutention manuelle ou aux mauvaises postures.
- Améliorer les gestes et les postures lors de son activité de travail et dans sa vie quotidienne.

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentations, exercices pratiques d'applications.
Application des techniques avec les aides techniques.

MOYENS ET SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Vidéoprojecteur, ordinateur, (vidéo-photos-diaporama). Repérage des situations à risque sur les postes de travail.
Mannequin articulé. Modèle anatomique vertébral, coupe dorsolombaire.
Une caisse avec poignées et une sans poignées.
Tout autre objet correspondant à l'activité de l'entreprise et les aides techniques associées.
Un support pédagogique est remis à chaque participant.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

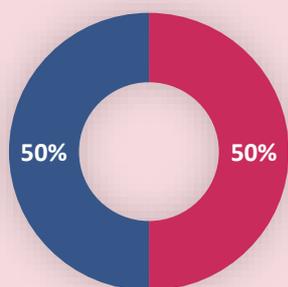
Fiche d'évaluation des acquis tout au long de la formation au travers des exercices réalisés.
Évaluation à chaud et à froid.
Certificat de réalisation de la formation.

Gestes et Postures

Manutention de charges inertes



Répartition du temps



■ Théorie ■ Pratique

COMPÉTENCES

Avant la formation : échange téléphonique avec le demandeur.

Pour une démarche efficace : il faut consacrer un temps nécessaire à la préparation de l'action de formation en amont avec le formateur une fois la date validée.

Domaine de compétence 1

Notions de base de la prévention des risques en entreprise.

- Les chiffres en termes d'accidents.
- Définition des accidents du travail et des maladies professionnelles liés à l'activité physique.
- Les enjeux humains, financiers et organisationnels de la prévention

Domaine de compétence 2

Notions d'anatomie et pathologies.

- Les limites du corps humain : anatomie, physiologie, pathologies.
- Les atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences.
- Les facteurs de risque aggravants : centre de gravité, colonne vertébrale, points d'appui.
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort en manutention.
- Repérer les risques liés à la manutention.

Domaine de compétence 3

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.

- Exercice de manutention manuelle.
- Mise en application sur poste de travail.
- Les principes d'aménagement des postes de travail.
- Réflexion sur les possibilités d'amélioration des conditions de travail.

À savoir
Mise à jour des connaissances
conseillée tous les 24 mois.