

GESTES ET POSTURES - Intra

Prévention des risques liés à la manutention de charges

Réf. :PS/03 – V0 – 09/2023

OBJECTIFS DE LA FORMATION

Prévenir les risques liés à la manutention de charges.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Repérer les situations susceptibles d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs

Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts

PROGRAMME

Programme conforme aux recommandations INRS et Art. R 4541 art. 7 et 8 du code du travail.

1. L'importance des accidents dus aux manutentions et aux manipulations

Evolution

Facteurs de risques

Gravité des accidents

2. Notions d'anatomie et de physiologie permettant de comprendre les gestes à risque

Le dos rond

La torsion en charge ou non

Les gestes répétitifs

L'accident dorso lombaire

3. Les principes de manutention manuelle et d'économie d'effort physique

Notion d'anatomie et de physiologie appliquée

Notions d'effort et de fatigue

Principe d'économie d'effort et choix des prises

4. L'organisation du travail pour améliorer les conditions de travail et réduire les risques

Organisation du poste de travail par principe d'économie d'effort



Dates

Nous consulter

Durée

1 jour soit 07 heures

Horaires

9h00-12h30 / 13h30-17h00

Modalité pédagogique

Présentiel

Lieu

Centre de formation Auch

Ou en entreprise

Tarif Intra :

1 050 € HT (1260 € TTC) pour le groupe



Public concerné

Toute personne qui souhaite apprendre les bons gestes et les techniques les plus sûres pour manipuler, soulever, porter, déplacer des charges dans les meilleures conditions de sécurité physique

Pré-requis

Aucun

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Lieux aménagés et modalités adaptées pour faciliter l'accès et l'usage aux personnes en situation de handicap.



Sanction de la formation

Attestation de formation

PROCÉDURES DE POSITIONNEMENT

Questionnaire ou grille d'auto-positionnement en amont de la formation

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques de manutention

MÉTHODES D'ÉVALUATION

- Évaluation des acquis : Quiz de connaissances et mises en situation
- Evaluation de la Satisfaction Stagiaire : Questionnaire d'Évaluation de la Satisfaction

PROFIL FORMATEUR

Formateur spécialisé en posturologie