

Pourquoi ?**Code du travail Article R4541-8**

L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6 ;

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Pour qui ?

Toute personne amenée à manutentionner des charges, à exécuter des gestes répétitifs ou souhaitant améliorer l'ergonomie de son poste de travail (bureau par exemple)

Durée

Les formations sont de 7 heures.

Les modules destinés à former en interne des personnels chargés d'agir sur l'ergonomie des postes de travail peuvent être mis en place.



OBJECTIFS

Anticiper les circonstances dans lesquelles peuvent se produire des accidents de manutention et adopter les bons gestes
Améliorer ses conditions de travail en adoptant des attitudes plus appropriées grâce à l'aménagement de son environnement, de l'espace et du temps.

PUBLIC : tout public

PRE REQUIS : Aucun.

DUREE : 7 heures

INTERVENANT : Membre de l'association expérimenté dans le domaine

MOYENS PEDAGOGIQUES

Cours théoriques, exercices écrits et pratiques (70 % consacré à des exercices pratiques)

MODE D'EVALUATION

Evaluation des connaissances théoriques sous forme d'un QCM en fin de formation et évaluation pratique en cours de formation

CONTENU

Les enjeux

- Les accidents du travail (statistiques)
- Les principales causes d'accident
- Les moyens de prévention

La prévention

- L'organisation des manutentions
- Les équipements de protection individuelle
- L'éducation gestuelle

Notions d'anatomie

- Le squelette et la musculature
- La colonne vertébrale et son rôle
- Les accidents de la colonne vertébrale
- Les facteurs aggravants

Principes de sécurité physique

- Lever et porter des charges

Le poste de travail

- L'organisation de la zone de travail
- Les différents postes de travail
- Détermination d'un plan d'amélioration

Exercices pratiques

Levage de charges de différents types

Bilan de la formation



VALIDATION

Attestation de formation

MODULES SPECIFIQUES

ADAPTABLES

Formation accessible aux PMR

TARIF INTER : 190.00 € TTC

Dates : Consulter notre planning des sessions inter

TARIF INTRA : Selon lieu et nombre, nous consulter