

Objectifs

- Prendre conscience des risques liés à la manutention manuelle.
- Comprendre le mécanisme global de l'anatomie.
- Appliquer les bons gestes professionnels et bonnes postures lors des manutentions.
- Être une force de proposition dans la structure pour améliorer les conditions de manutention.

Public et pré-requis

- Tout salarié effectuant des manutentions de charges.
- Groupe de 3 à 10 personnes max., sans prérequis.

Déroulement

- Définitions et Prévention des risques professionnels
 - Présentation de la démarche prévention de l'Entreprise
 - Les enjeux humains, économiques et juridiques
 - Les différents acteurs de prévention
 - Les risques de son métier
- Anatomie du corps humain et pathologies
 - La place de l'activité physique dans son activité de travail
 - Le fonctionnement du corps humain et ses limites
 - Les différentes atteintes et conséquences sur la santé
 - Les facteurs de risques
- Les bons gestes et bonnes postures
 - Observer son travail pour identifier ce qui peut nuire à la santé
 - Recherche de pistes d'amélioration des conditions de travail sur la base des 9 principes généraux de prévention et d'aménagement de poste
 - Faire remonter les informations aux personnes concernées
 - Les principes de sécurité et d'économie d'effort
- Mises en situation
 - Exercices d'analyse des risques.
 - Mises en situation avec manipulations de charges et organisation de son poste de travail.
 - Proposer des axes d'amélioration à l'encadrement.

Méthodes et moyens pédagogiques

- Expositives avec diaporama, vidéos et colonne articulée.
- Applicatives en salle et sur postes de travail.
- Quizz.



Modalités

- Durée : 7 h / 1 journée • Date à définir
- Tarif et modalités sur demande, selon le lieu, qui devra être accessible aux PMR.



Validation

- Une évaluation de la formation sera faite à l'ensemble des stagiaires à la fin de celle-ci.
- Remise d'une attestation de fin de formation ainsi qu'un aide mémoire.