

ERGONOMIE

Gestes et postures de manutention manuelle



PUBLIC VISE

Tous les salariés ayant une activité nécessitant des manutentions manuelles comportant des risques, notamment dorsolombaires, en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables

OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire doit être capable, de préserver sa santé par des techniques de manutention correctes et d'assurer sa sécurité et celle des autres personnes concernées lors des opérations de manutention.

PROGRAMME DE FORMATION

Enseignements théoriques

- Accidents de travail dus à la manutention et aux chutes
- Analyses de situation à risques
- Notions d'anatomie
- Principe d'économie d'efforts
- Recherche de l'équilibre
- Répartition des charges
- Vidéos

Enseignements pratiques

- Etudes de postes in situ
- Techniques de levage et de transport de charges
- Exercices pratiques de levage et de gestion des énergie

Note:

Le travail sur écrans de visualisation fait l'objet d'une autre formation

Références réglementaires

▫ Manutention : Articles R4541-1 à R4541-11 et R4141-15 du Code du Travail

▫ Formation à la sécurité : Articles L4141-2, -1, R4141-3 et R4141-13 du Code du Travail

Pré-requis

- Aptitude physique

Durée

- 1 jour

Qualification

- Attestation de formation aux gestes postures de sécurité

Nombre de participants

- 12 maximum

Conditions matérielles

- Salle, tables et chaises,
- Mur clair pour projection,
- Tableau papier ou tableau effaçable.

Equipements à mettre à disposition par le client :

Poste de travail et charges à manutentionner