

ERGONOMIE

Gestes et postures de manutention manuelle



PUBLIC VISE

Travailleurs exposés au port de charges ou aux activités de manutention comportant des risques dorsolombaires. • Travailleurs exposés à 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

- Identifier les accidents de travail et maladies professionnelles dus à la manutention.
- Expliquer les situations à risques.
- Examiner la réglementation applicable à la manutention manuelle.
- Rappeler les notions d'anatomie : organisation musculaire ; squelette et colonne vertébrale ; troubles musculosquelettiques.
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort, démultiplication des masses et recherche de l'équilibre.

Enseignements pratiques

- Etudes de postes in situ
- Appliquer les techniques de levage et de transport de charges via des exercices pratiques

Moyens et méthodes pédagogiques

Formateurs en prévention des risques professionnels, titulaires d'une attestation de compétence délivrée par l'organisme à l'issue d'une validation de leur aptitude à enseigner le sujet. Supports d'animation pédagogique standardisés, utilisés en vidéo-projection.

Modalités d'évaluation individuelle des acquis

Evaluation diagnostique théorique et sommative théorique (quizz en ligne accessible via le smartphone de l'apprenant).

Evaluation formative théorique par questionnement oral.

Evaluation formative pratique et sommative pratique, au moyen de mises en situation d'application des enseignements.

A l'issue de la formation, le formateur formule un avis écrit quant aux capacités acquises de l'apprenant.

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.
- Utilisation usuelle de la langue française

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