

FORMATION MANUTENTION, ERGONOMIE, GESTES ET POSTURES

L'employeur fait bénéficier aux travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles; d'une information sur les risques qu'ils encourent et d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations (Article R.4541-8 du Code du travail)

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- ✓ Réduire et prévenir les accidents ou lésions dus aux manutentions manuelles
- ✓ Acquérir les bases de l'anatomie pour mieux comprendre les problèmes de santé liés aux gestes et postures
- ✓ Aborder les notions d'analyse de poste de travail vers leur optimisation
- ✓ Déterminer la meilleure façon d'effectuer une manutention manuelle, les gestes et postures



Public et prérequis :

- ◆ Personnes appelées à effectuer la manipulation manuelle de charges
- ◆ Aucun prérequis
- ◆ 12 personnes maxi



Modalités techniques et pédagogiques :

- ◆ Vidéo projecteur, films...



Animateur :

- ◆ Formateur en Manutention, IPRP
- ◆ Nos formateurs interviennent régulièrement en entreprise, établissements d'enseignement supérieur et centres de formation sur cette thématique



Date et lieu :

- ◆ Intra : Nous consulter
- ◆ Inter : Consulter [ici](#)

Contenu de la formation



1 jour (7 heures)

Partie théorique :

Pourquoi faire les bons gestes et adopter les bonnes postures au travail?

Présentation de la démarche PRAP, des objectifs, sensibilisation

Statistiques des accidents et accident du travail

Notions élémentaires d'anatomie

Le squelette

- La musculature
- La colonne vertébrale (vertèbres, articulations, disques vertébral)
- L'accident de la colonne vertébrale

Prévention des accidents

- L'éducation gestuelle : les bons gestes et les bonnes postures

Les objets à manipuler ou gestes à effectuer

- Les positions au poste
- Notions d'ergonomie

Partie pratique :

Etude des postes de travail

Principes de sécurité et d'économie d'effort

Générer une prise de conscience chez l'employée

Donner matière à réfléchir au salarié concernant son poste de travail

L'amener à éviter le répétitif dans ses gestes ou postures contraignantes

Argumenter sur la nécessité de son changement dans sa méthode de travail

Les bons gestes et les bonnes postures à effectuer

Suivi et évaluation

Modalités de suivi : Exposés théoriques illustrés par des études de cas.

Modalités d'évaluation : Evaluation des compétences par des exercices théoriques, études de cas et mises en situation.

Les plus de ce stage

Assistance téléphonique gratuite pendant 1 an.

Formation interactive et utilisation de logiciel ludique.
Remise à chaque stagiaire d'un livret et d'une Clé USB contenant des documents et outils utiles, directement exploitables après la formation.

Délivrance d'une Attestation de formation/compétence

Offre tarifaire

TVA à 0%.

Remise de 5%, 10% ou 15% appliquée pour toute inscription à une formation inter-entreprises faite **2 mois, 3 mois ou 4 mois** avant la session.

Nous contacter pour les tarifs.