

Formation à la prévention des risques liés aux manutentions manuelles de charges inertes

PRO-PRM-01 280317

Public

Toute personne concernée par les problématiques liées à l'ergonomie, aux gestes et postures dans son activité professionnelle

Prérequis

Pas de restriction médicale au port de charges

Admission

Dossier d'inscription conforme (convention/contrat)

Pas de test d'admission

Objectifs

Réduire et prévenir les accidents ou lésions dus aux manutentions manuelles et sensibiliser le personnel aux maladies professionnelles

Acquérir les bases de l'anatomie pour mieux comprendre les problèmes de santé liés aux gestes et postures

Effectuer les manutentions appropriées à son activité en sécurité

Prendre une part active dans l'amélioration des conditions de travail en contribuant à la réduction des risques professionnels

Moyens et méthodes pédagogiques

Formation théorique en salle avec vidéo projection - Livret pédagogique

Exercices d'application

Organisation pédagogique

1 jour Formation théorique et exercices pratiques - Etude de cas

Session :

1 jour / 7h

10 personnes maximum
par groupe

Lieu :

Centre de formation
ou site client

Date :

Dates de session
définies à l'admission

Eligible CPF :

Parcours :

Coût :

Sur devis

Contenu

- **La prévention et la sécurité**

Accidents de Travail – Maladies professionnelles : statistiques

Les principales causes d'accidents

Les notions de base en prévention

- **Notions élémentaires d'anatomie**

Le squelette

La musculature

La colonne vertébrale

L'accident de la colonne vertébrale

- **Prévention des accidents**

Les conditions d'utilisation de l'Équipement de Protection Individuelle

L'éducation gestuelle : les bons gestes et les bonnes postures selon les manutentions ou gestes à effectuer

Les positions au poste

Les principales notions d'ergonomie

- **Applications pratiques**

L'étude d'un poste de travail

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- **Propositions d'améliorations**

Comment contribuer à la réduction des risques professionnels à son poste de travail

Réfléchir sur les changements dans sa méthode de travail

Rendre compte et communiquer les propositions

Validation

Attestation de fin de formation