



PUBLIC VISÉ

- Pour toute personne manipulant des charges
- Pour toute personne étant intéressée par la formation

PRÉREQUIS ET ACCESSECIBILITÉ À LA FORMATION

- Aucun prérequis spécifique n'est nécessaire pour accéder à cette formation.

TEXTES OFFICIELS JUSTIFIANT L'ACTION À LA FORMATION

- **Code du travail article suivants** : Articles L4141-1, Article L4141-2, Article R-4541-1 à R4541-9, Article R4224-40
- **Décret n°2019-356 du 23 avril 2019** : Ce décret modifie certaines dispositions du Code du Travail relatives à la santé et à la sécurité au travail, et il aborde notamment les formations nécessaires pour prévenir les risques professionnels.



Durée de l'action

- 1 journée



Périodicité de l'action

- À définir par l'employeur



Nombre de participants

- 12 apprenants maximum

Objectif de la formation

- Analyser et repérer dans son poste de travail les gestes et postures sources de troubles musculosquelettiques
- Appréhender les risques dorsaux lombaires et leur prévention
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort en fonction de la situation
- Mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés et sécurisants

Moyens pédagogiques

- Installations nécessaires : salles de réunion, tables, chaises, murs pour projection, tableau etc...
- Apports théoriques et pratiques (avec cas concrets et exemples)
- Formateurs sélectionnés pour leurs compétences et expériences professionnelles
- Supports d'animation pédagogiques, utilisés en vidéo-projection
- Encadrement pédagogique assurant le bon déroulement de la formation

Moyens techniques

- Mise à disposition par le formateur d'une aire de 16 m² pour réaliser la phase pratique

Moyens d'encadrement

- Equipe pluridisciplinaire de formateurs
- Responsables pédagogiques
- Service administratif
- Service qualité
- Service relations clients

Programme

Les accidents du travail et les maladies professionnelles

- Définition, statistiques, enjeux humains et financiers
- Obligations réglementaires, les responsabilités de l'employeur

Notion d'anatomie, physiologie et pathologie

- Les troubles musculosquelettiques
- Les conséquences sur la santé

Prévention des risques

- Les facteurs d'usures et de fatigue
- Les principes généraux de prévention

Principes de base de la manutention

- Les techniques de lever-porter de charge
- Les principes d'aménagement des postes de travail

Tarif et délai de réalisation

- Sur devis, nous consulter