



PUBLIC CONCERNE

Personnel ayant une activité physique au travail. Des manutentions manuelles de charges inertes.

ACCESSIBILITE

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Contacter le référent handicap pour les spécificités organisationnelles.

PREREQUIS

Aucun

PERIODICITE

à renouveler dès que nécessaire, en cas de changement de poste ou de d'environnement de travail.

DUREE 7.00 Heures

RAS

PARTICIPANTS

Minimum : 1 et Maximum : 10

JUSTIFICATION

Principes généraux de prévention : Art 4121 du code du Travail.
R. 4541-8 : L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :
1^o D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, (...)
2^o D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

OBJECTIF GENERAL

Former et informer les collaborateurs sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

OBJECTIFS SPECIFIQUES

1. Identifier et caractériser les risques liés à l'activité physique (à partir des indicateurs statistiques et des connaissances anatomiques).
2. Identifier les éléments déterminants des Gestes et Postures liés aux situations de travail.
3. Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents.

CONTENU THEORIQUE ET PRATIQUE

PRESENTATION : 30 minutes

- Du formateur et des objectifs du stage.
- Des attentes des stagiaires.
- Éléments statistiques relatifs aux AT/MP.
- Test initial de manutention et analyse des postures.

APPRECIATION DU POSTE DE TRAVAIL : 1 heure 30

- Analyse du poste de travail.
- Évaluation des situations.
- Écoute des remarques des opérateurs.
- Prise de conscience de la position de travail.

PRISE EN CONSCIENCE DU SCHEMA CORPOREL : 1 heures 30

- Notions d'anatomie.
- Physiologie et biomécanique du rachis.
- Déterminants de l'activité physique.
- Exercices de détente et d'entretien du rachis.

PRINCIPES GENERAUX DE MANUTENTION : 1 heure 30

- Démonstration du geste type en manutention de charge.
- Principes d'économie d'effort.
- Principes de sécurité physique.
- Entraînement aux gestes types.

APPLICATION AU POSTE DE TRAVAIL : 1 heure

- Réalisation de manutention sur site.
- Modification des habitudes.
- Les gestes à éviter.
- Aménagements, conseils en ergonomie du poste de travail.
- Exercices de détente et d'étirement, personnalisés pour le poste.

BILAN ET EVALUATION : 1 heure

- Test d'évaluation final et analyse des postures
- Synthèse et bilan de fin de stage
- Remise de la documentation aide mémoire



APTITUDES

- Observation des dangers
- Analyse des risques
- Maîtrise du Schéma corporel

MOYEN D'ENCADREMENT

INNOPREV atteste que nos formateurs disposent d'un parcours professionnel significatif en lien avec l'action de formation et de compétences pédagogiques leur permettant de dispenser la formation Gestes et Postures.

SANCTION

Attestation de fin de formation.

HYGIENE ET SECURITE

- Les consignes sont expliquées dès l'entrée en formation.
- Les formateurs s'assurent que les stagiaires ont compris et respectent les consignes.

DELAI et TARIF

Tarif sur devis
Délai sur demande selon le planning

QUALITE

La qualité de la formation ne saurait être garantie si la durée pédagogique effective et les moyens techniques requis ne sont pas respectés par le client.

MOYENS PEDAGOGIQUES

Alternance de théorie et pratique sur le site.

MOYENS TECHNIQUES

Selon les installations mises à disposition du client

MODALITES D'EVALUATION

Contrôle des acquis en fin de formation à l'aide d'un Questionnaire de type QCM. Et de tests de manutention.

Nombre de Stagiaires

Depuis 2016

632

Taux de Réussite

Depuis 2018

99 %

Taux de Satisfaction

Depuis 2018

92 %