

GESTES ET POSTURES (PRÉVENTION DES RISQUES LIÉS À LA MANUTENTION MANUELLE)



PROGRAMME DE FORMATION



Public cible :

Personnel amené à manipuler quotidiennement des charges dans différents domaines.
4 à 10 personnes maximum.



Modalités et Délais d'accès :

Entrée en formation sur date programmée dès contractualisation



Pré-requis :

Formation accessible sans pré-requis



Durée :

7h - 1 jours



Châlons en Champagne,
Reims,
Charleville-Mézières,
Troyes,
Chaumont,
Saint-Dizier.



Inter-entreprise :

200€ HT / personne

Intra-entreprise : nous contacter à commercial@almea-formations.fr

OBJECTIFS DE LA FORMATION :

Être capable à l'issue de la formation :

- Acquérir et perfectionner ses connaissances en manutention manuelle.
- Savoir appliquer les gestes et postures correctes.
- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liées aux activités physiques.

MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES :

- Formation en présentiel
- Salle dédiée avec vidéoprojecteur
- Supports audiovisuels, animation de groupe, remise de documents

PROGRAMME DE FORMATION :

• Préambule :

> Pourquoi un accident ?

• Importance du risque :

- > Les accidents du travail.
- > Les maladies professionnelles.
- > Les coûts engendrés.
- > Que faire en cas d'accident ?

• Analyse du risque :

- > Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie.
- > Les risques liés à l'activité physique sous l'emprise de substances.

• Prévention du risque :

- > Prévention des accidents de transport manuel et de manipulation.
- > Principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- > Les EPI.
- > Comment garder l'esprit de sécurité ?

• Exercices pratiques :

- > Application des principes dans l'activité professionnelle.
- > Exemples d'applications dans la vie quotidienne.
- > Exercices d'activités physiques et d'entretien.

MOYENS D'ÉVALUATIONS DES ACQUIS :

- Quizz, étude de cas
- Evaluation de fin de formation
- Attestation de formation délivrée par Alméa