

GESTES ET POSTURES MANUTENTION

En France, les troubles musculo-squelettiques (TMS) représentent 86 % des maladies professionnelles. Sans oublier que 20 % des accidents du travail sont liés au mal de dos, souvent considéré comme le « mal du siècle » !

Notre activité professionnelle peut favoriser l'apparition ou l'aggravation de douleurs et de problèmes de santé. Manipulation de charges lourdes, gestes répétitifs, position assise prolongée, conduite d'engins, utilisation d'outils vibrants ... Chaque situation de travail peut comporter des facteurs de risque de TMS.

Cette formation gestes et postures concerne les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles. Elle permet aux apprenants de prendre conscience des risques au travail et d'adopter les gestes et postures adaptés à leurs activités. Les secteurs les plus concernés sont les suivants : transport, logistique, commerce agroalimentaire, BTP, propreté, industrie, aide et soins à la personne (notamment les Ehpad).

Durée: 7.00 heures (1.00 jours)

Effectif minimal: 2

Effectif maximal: 10

Modalités et délais d'accès

- Pour participer à cette formation, merci de nous contacter par mail ou par téléphone ou de vous rendre sur notre catalogue en ligne via notre site internet.
- La durée estimée entre la demande du bénéficiaire et le début de la prestation est de 15 jours.

Date, lieu, tarifs

- Nous consulter

Accessibilité

- Accessible aux personnes en situation de handicap après entretien avec le formateur dispensateur de la formation.

Profil des stagiaires

- Collaborateurs chargés de travaux de manutention manuels et répétitifs

Prérequis

- Aucun

Objectifs (aptitudes et compétences qui seront acquises au cours de la prestation)

- Cerner les enjeux de la prévention
- Déterminer la place de l'activité physique dans son activité professionnelle
- Repérer les risques d'atteintes à la santé
- Proposer des améliorations
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

Programme version 13 mai 2024

Contenu de la formation

- DISPOSITIF PRÉVENTION
 - La sinistralité
 - Les enjeux
 - Les acteurs de prévention
 - Mécanisme de survenue des AT/MP
- PLACE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS SON ACTIVITÉ
 - Qu'est-ce que les « TMS » ?
 - C'est quoi la « santé » ?
 - Les capacités mises en œuvre lors d'une activité de travail
 - Les différents paramètres dans une activité de travail
- ANATOMIE DE L'APPAREIL LOCOMOTEUR
- ATTEINTES DE L'APPAREIL LOCOMOTEUR
- FACTEURS DE RISQUES
- AMÉLIORATION DES CONDITIONS DE TRAVAIL
 - Les principes généraux de prévention
 - Exemples de principes d'aménagements dimensionnels
 - Le travail sur écran
- AIDES TECHNIQUES À LA MANUTENTION
- PRINCIPES DE SÉCURITÉ PHYSIQUE ET D'ÉCONOMIE D'EFFORT
- EXERCICE PRATIQUE

Organisation de la formation

Équipe pédagogique

La formation est menée par un formateur professionnel.

Méthodes pédagogiques et techniques

- Documents supports de formation projetés
- Exposés théoriques et quiz en salle
- Etude de cas concrets
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation

Modalités d'évaluation

- Présence active pendant toute la formation
- Questions orales ou écrites (QCM)
- Mises en situation
- Formulaire d'évaluation formative

Validation de la formation ou certification professionnelle

Une attestation individuelle de formation sera remise à chaque stagiaire.

Programme version 13 mai 2024

Taux de satisfaction

Sur l'année 2023 : Taux des abandons : 0% / Taux de satisfaction des stagiaires : 93%