



TRAINING 4 SUCCESS

GESTES ET POSTURES MANUTENTION DE CHARGES

(MOD_2019033)

VS 01/01/2021

PRE-REQUIS :

- Le stagiaire devra avoir ses EPI, et avoir l'aptitude physique au port des charges reconnue

TARIF :

- Intra-entreprise : 650 € HT
- Inter-entreprise : *nous consulter*

ACCESSIBILITE PMR :

- Nos locaux sont accessibles et adaptés aux personnes à mobilité réduite. Un référent pédagogique (Valérie LECSIEUX) est à votre disposition pour tous aménagements pédagogiques et matériels liés à votre formation

PUBLIC VISE :

- Toute personne appelée à effectuer de la manipulation manuelle de charges ou du travail sur écran

OBJECTIFS VISES :

- Actualiser les connaissances en anatomie-physiologie
- Savoir prévenir les accidents du travail et les problèmes de dos
- Savoir sécuriser les gestes et postures
- Savoir prévenir tout risque d'accident corporel lors de la manutention de lourdes charges, des gestes et postures inappropriés
- Savoir organiser le travail de façon plus ergonomique et plus efficace

MODALITE D'EVALUATION :

- Evaluation des connaissances théoriques de type QCM conforme à la norme NF C18-510 et évaluation des savoirs faire

COMPETENCES :

- Savoir sécuriser ses gestes et postures

DUREE :

- 1 jour (7h)

REFERENT PEDAGOGIQUE :

- Sylvain Caron

PROGRAMME

1. Formation Théorique

- Sensibilisation aux risques d'accidents par manutention
- Statistiques des accidents de travail et des maladies professionnelles liées à la manutention
- Aspects réglementaires.
- Notions d'anatomie et de physiologie appliquées
- Les lésions
- Principe d'économie d'effort
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne compréhension de la charge
- Organisation du poste de travail

2. Formation Pratique

- Exercices pratiques
- Manipulation de charges de nature diverse
- Les postures de travail (Cram)
- Approche de l'organisation du poste de travail



Référent handicap :
Valérie LECSIEUX –
06.79.77.37.45

Training 4 Success
660 bis Route d'Amiens – Bat 1 – CS54007
80040 AMIENS Cedex
contact@t4s.fr
03 61 19 97 34

