

MANUTENTION EN MILIEU PROFESSIONNEL

- Tous secteurs -

Le saviez-vous ?

La formation « Gestes et Postures » vise à sensibiliser les personnels d'entreprises aux conséquences et aux impacts durables sur la santé. Elle apporte ainsi des notions élémentaires de manutention dans la prévention des risques et dans le respect de la réglementation en matière de santé et sécurité au travail.

PUBLIC CONCERNÉ

Tout salarié de tout secteur

PRE-REQUIS

Aucun pré requis

THÉMATIQUES DE LA FORMATION

- + Les accidents du travail et les maladies professionnelles
- + Notions d'anatomie, physiologie et de pathologie
- + Prévention des risques professionnels
- + Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
- + Manutention de charges diverses
- + Etirements
- + Le poste de travail (apport de connaissances)

MÉTHODES ET TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES

- + DECOUVERTE : brainstorming, questionnement...
- + APPRENTISSAGE : exposés participatifs, échange de pratique, travail de groupe, Appropriation des bonnes pratiques de manutention
- + APPLICATION : Exercices d'acquisition des automatismes de travail en ateliers d'apprentissage dans le respect des principes de sécurité physique et d'économie d'effort

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- + Ordinateur/Vidéo projecteur
- + Vidéos illustrant le corps humain et les contraintes physiques
- + Charges inertes (seaux, caisses, cartons...) + matériel utilisé sur place
- + Mannequin articulé - INRS
- + Colonne vertébrale factice (en option)

REFERENCES ET DOCUMENTS D'APPUI

- + Publication aide-mémoire juridique - Manutention manuelle INRS-
- + Vidéos INRS : fonctionnement du corps humain
- + Site Légifrance, statistiques CARSAT

INTERVENANT

Formateur en prévention des risques liés à l'activité physique

DURÉE

1 jour (7 heures) / Formation uniquement en Intra

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Formation au sein de votre structure : groupe de 4 à 10 personnes maximum

ÉVALUATION & VALIDATION

L'évaluation s'effectuera sur de la mise en pratique de manutention
La Croix-Rouge française délivre une attestation de participation à la formation
« Manutention en milieu professionnel »
Un aide-mémoire sera remis à chaque participant en fin de formation.

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- + Repérer dans son travail les postures susceptibles de nuire à sa santé
- + Mettre en œuvre des principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents en fonction de la situation
- + Assurer une manutention efficace
- + Adapter dans son quotidien les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort

Renseignements et inscriptions

crfp.aura@croix-rouge.fr

☎ 04 77 59 39 72

croix-rouge française 

MANUTENTION EN MILIEU PROFESSIONNEL

- Tous secteurs -

PROGRAMME DE FORMATION :

ACCUEIL ET PRÉSENTATION

PARTIE 1 : LES ACCIDENTS DU TRAVAIL ET LES MALADIES PROFESSIONNELLES

- + Les accidents du travail et les maladies professionnelles (statistiques de l'entreprise ou nationaux)
- + Définir l'accident du travail et les maladies professionnelles (enjeux humains)
- + L'accident du travail, un coût pour l'employeur (enjeux financiers)
- + L'obligation réglementaire, mettre tous les moyens en place (enjeux réglementaires)
- + Les différentes responsabilités de l'employeur (enjeux de responsabilité)

PARTIE 2 : NOTION D'ANATOMIE, PHYSIOLOGIE ET PATHOLOGIE

- + Le fonctionnement du corps humain lors de l'activité physique
- + Les limites de l'appareil locomoteur
- + Les troubles musculo squelettiques
- + Les conséquences sur la santé

PARTIE 3 : PRÉVENTION DES RISQUES

- + L'obligation d'évaluation des risques pour la sécurité et la santé des salariés
 - o Principes généraux de prévention
 - o Document Unique d'évaluation des risques professionnels

PARTIE 4 : PRINCIPE DE BASE DE LA MANUTENTION

- + Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort
 - o Superposer les centres de gravité
 - o Assurer l'équilibre
 - o Assurer les prises
 - o Fixer la colonne vertébrale
 - o Travailler avec les cuisses
 - o S'aider des appuis
 - o Maintenir la charge les bras tendus (si possible)
- + Notions de manutentions dans la vie quotidienne

PARTIE 5 : LES DIFFERENTS GESTES ET POSTURES SUR LE POSTE DE TRAVAIL

- + Ateliers d'apprentissage des gestes et des postures
 - o Manutention seul ou à deux :
 - Caisses, seaux
 - Aides mécaniques, Chariots
 - Cartons
 - Différents matériels utilisés sur poste de travail
- + Matériel mis à disposition par la structure et/ ou matériels de manutention fournis par le formateur



EVALUATION DE FIN DE FORMATION