



PUBLIC CONCERNE

Tout personnel d'entreprise, par groupe de 6 personnes (maxi)



PREREQUIS

Savoir lire et écrire



VALIDATION

Certificat de réalisation



DUREE, HORAIRE

- > 3,30 h (3 personnes)
- > 8h30-12h30 / 13h30-17h30
- > En présentiel continu



LIEU

- > IFCA ou sur site Client
- > Locaux adaptés aux personnes en situation de handicap



OBJECTIFS DE LA FORMATION

- > Visualiser et corriger les comportements
- > Définir une sensibilisation aux risques liés aux manutentions manuelles
- > Sensibiliser aux risques et conséquences des mauvais gestes
- > Corriger les comportements à risque
- > Réfléchir avant d'agir
- > Mobiliser et responsabiliser chacun des acteurs de l'entreprise
- > Obtenir l'adhésion de tous à la démarche de gestes et postures
- > Réflexion sur amélioration possible du/des poste(s) de travail



CONTENU DE LA FORMATION

1/ Théorique

- > Législation en vigueur
- > Moyens de protection individuelle
- > Anatomie élémentaire
- > Principes mécaniques du levage et de la pose d'une charge
- > Les risques de la manutention (douleurs par accidents, hernies, lombalgies, sciatiques)
- > Commentaires sur les manutentions à l'intérieur de l'entreprise
- > Règles de sécurité
- > Projections de films

2/ Pratique

- > Observation de la pièce à manutentionner
- > Prise, levage, transport, pose d'une charge naturellement
- > Critiques constructives des différentes prises de charges vues
- > Démonstration par l'animateur de la bonne position
- > Manutention manuelle ramenée à la position d'effort enseignée (mécanisme de l'effort, observation de la pièce, prise en main, fixation de la colonne vertébrale, position et action des jambes)
- > Levage, transport et pose d'une charge dans l'entreprise et hors entreprise, seul ou en équipe
- > Commentaires



MODALITES PEDAGOGIQUES DE LA FORMATION

Equipe pédagogique

Une équipe de formateurs expert dans leurs domaines d'intervention.

Moyens pédagogiques et techniques

- > Salle de formation avec Vidéo projecteur
- > Différents types de charges habituelles en entreprise industrielle
- > Etude de cas insitu filmée par l'intervenant, suivie d'une analyse immédiate, idées sur améliorations possibles des postes de travail