

Objectifs	Sensibiliser à l'importance des accidents liés à la manutention et appliquer les bons gestes pour réaliser de la manutention manuelle en sans se blesser
Public	Toute personne amenée à réaliser la manutention de charge et/ou adopter des postures non naturelles
Prérequis	Savoir communiquer dans la langue française
Durée	0.5 jour soit 3.5 heures
Date – Planning – Délai d'accessibilité	Sessions tout au long de l'année – planning disponible sur le site internet au semestre – Accessible en 1 journée
Modalité d'accès	Financement personnel – plan de formation entreprise - Fonds FNE – POE – AIF France Travail
Lieu	En centre – En entreprise
Coût	Nous consulter
Nb participants	1 à 6 participants

Programme Pédagogique

Introduction et présentation de la formation :

- Présentation de la formation et du formateur
- Questionnaire de positionnement
- Tour de table pour connaître les attentes et les besoins des stagiaires

La prévention :

- Les objectifs de la prévention (statistiques accidents de travail)
- La définition d'un danger, d'un risque et d'une situation dangereuse

L'anatomie et la physiologie :

- La colonne vertébrale
- Les articulations

Les lésions fréquentes et les troubles musculo squelettiques (T.M.S.)

Les principes d'économie d'effort et de sécurité physique

Les principes d'aménagement de poste et d'aide à la manutention

Mise en situation

- Mise en application sur les postes en fonction de l'activité du stagiaire

Méthodes pédagogiques

Démonstrative, interrogative, de découverte et expérientielle

Moyens pédagogiques

Matériels : Salle de formation, ordinateur, vidéoprojecteur, livret pédagogique, diaporama de formation

Humains : 1 formateur

Modalités d'évaluation

Avant la formation :

- QCM de positionnement – 5 questions

Après la formation :

- QCM validation des acquis – 20 questions

