

PARTICIPANT(S) :

Salariés ayant une activité nécessitant des manutentions manuelles comportant des risques, notamment dorsolombaires.

ORGANISATION :

Durée : 7 heures

Lieux : Campus du lac ou Campus de Libourne

INTERVENANT(S) :

Formateur Gestes et postures

VALIDATION DE LA FORMATION :

L'intervenant mesurera, tout au long de la formation, l'acquisition des connaissances des participants à travers la mise en place de situation in situ.

Délivrance d'une attestation de formation conforme à la législation en vigueur.

Un support de cours sera remis à chaque participant.

CAMPUS DU LAC

N° SIRET 410 581 102 00010

Code APE-NAF 8542Z

N° Existence 7233 042 4333

Site de Bordeaux

10 rue René Cassin – CS 31996 –

33071 Bordeaux Cedex

Tél. 05 56 79 52 00

campus@formation-lac.com

Site de Libourne

7 Bis rue Max Linder 33504

Libourne Cedex tél : 05 57 25 40

66

campus@formation-lac.com

OBJECTIFS

Nature de l'action : Acquisition de compétences

- Réduire et prévenir les accidents ou lésions dus aux manutentions manuelles
- Acquérir les bases de l'anatomie pour mieux comprendre les problèmes de santé liés aux gestes et postures
- Déterminer la meilleure façon d'effectuer une manutention manuelle sans prendre de risques
- Effectuer les gestes et postures appropriées au travail
- Sensibiliser le personnel aux maladies professionnelles et TMS

MÉTHODES ET OUTILS PEDAGOGIQUES

- Exposés, démonstrations et échanges.
- Mise en situation sur le lieu de travail ou dans nos locaux avec des accessoires de simulation.

CONTENU DU PROGRAMME

STATISTIQUES DES ACCIDENTS ET ACCIDENTS DE TRAVAIL

NOTIONS ELEMENTAIRES D'ANATOMIE

- Le squelette (membres supérieurs, inférieurs et tronc)
- Musculature
- Colonne vertébrale (vertèbres, articulations, disque vertébral)
- Accident de la colonne vertébrale

PREVENTION DES ACCIDENTS

- Conditions de l'utilisation de l'équipement de protection individuelle
- Education gestuelle : Les bons gestes et les bonnes postures selon les manipulations et gestes mobilisés
- Positions au poste de travail
- Notions d'ergonomie

PREVENTION DES ACCIDENTS

- Etude d'un poste de travail
- Principes de sécurité et d'économie d'effort

MISE EN SITUATION

- Repérer les situations de travail à risque
- Conduire le participant à identifier les gestes et postures contraignantes dans son quotidien
- Argumenter la nécessité de changer la méthode de travail

SYNTHESE