

## PREVENTION DES RISQUES LIES A LA MANUTENTION MANUELLE (Gestes et postures)



### PUBLIC CONCERNE

Toute personne concernée par la manutention manuelle

**Prérequis** : aucun



### ORGANISATION

**Durée du stage** : 1 jour (7 heures)

**Participants** : de 1 à 10 personnes.

**Méthodes pédagogiques** : Diaporamas, vidéos, échanges et partages d'expérience

Utilisation d'une caméra pour filmer les participants avant et/ou pendant la formation

Exercices et études de cas spécifiques à l'entreprise

**Matériel pédagogique** : Caméra, vidéoprojecteur, charges spécifiques à l'entreprise

**Intervenant** : Formateur expérimenté et spécialiste en ergonomie des postes

**Validation de la formation** :

Attestation individuelle de formation

**Lieu du stage** : dans vos locaux

**Date du stage** : selon vos disponibilités



### CADRE REGLEMENTAIRE

**Article R. 4541 – 8** : L'employeur doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

- d'une formation sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte
- d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations ; au cours de cette formation, qui doit être essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont instruits sur les gestes et postures à adopter pour réaliser les manutentions manuelles.

Un **livret sur la manutention** est remis à chaque stagiaire



### OBJECTIFS

- ✓ Connaître les risques physiques dus à la manutention manuelle
- ✓ Appliquer les principes de sécurité physique
- ✓ Appliquer les techniques de gestes et postures de travail pour diminuer la fréquence des accidents et atténuer la fatigue par les principes d'économie d'efforts
- ✓ Optimiser l'organisation du travail pour allier efficacité et prévention



### PROGRAMME

#### REGLEMENTATION

#### CONNAISSANCE DES RISQUES D'ACCIDENT LIES A LA MANUTENTION

#### STATISTIQUES DES ACCIDENT DU TRAVAIL LIES A LA MANUTENTION

#### NOTIONS D'ANATOMIE, DE PHYSIOLOGIE ET DE PATHOLOGIE

#### LES GESTES & POSTURES DANGEREUX OU CONTRAIGNANTS

#### L'AMENAGEMENT DES POSTES DE TRAVAIL

#### LES PRINCIPES DE MANUTENTION

#### LES MESURES DE PREVENTION

#### FORMATION AUX TECHNIQUES GESTUELLES ADAPTEES A L'ENTREPRISE

