Manutention des charges inertes

CONTEXTE

La prévention des troubles musculosquelettiques (TMS) au travail représente une préoccupation constante dans le domaine de la manutention manuelle des charges.

Elle interpelle les organisations et les conditions de travail.

L'aménagement ergonomique des postes de travail, des espaces de rangement et de déplacement de charges est une condition essentielle pour la prévention des TMS.

OBJECTIFS ET PRE REQUIS

Se servir au mieux du matériel et des produits sans risque et sans fatigue inutile

Développer une approche ergonomique afin d'accomplir les gestes de manutention de charges diverses en toute sécurité et les risques liés à l'activité (chutes, TMS, …)

Prérequis : Aucun

CATEGORIE PROFESSIONNELLE

Agents des Services Techniques, ASH tous services

METHODE – MOYENS PEDAGOGIQUES

Méthode démonstrative et interactive.

Mode d'Exercice du Participant : Formation présentielle

Un support de formation est remis à chaque participant

CONTENU

Les enjeux (Les risques professionnels liés au port de charges, les mesures de prévention, les moyens de protection individuelle, …)

Notions d'anatomie, physiologie, pathologie de la colonne vertébrale

Notions d'Ergonomie : contraintes physiques du poste de travail, tenue de travail

Principes de sécurité physique et d'économie de l'effort

Approche des Fondamentaux en Gestes et Postures Utilitaires

Gymnastique : Abdominaux, Spinaux, Membres inférieurs, auto-grandissements et exercices

respiratoires

Techniques de manutention, Plusieurs étapes :

-EGS : Education Gestuelle Spécifique en utilisant la sécurité physique et l'économie d'effort et l'approche des fondamentaux en postures et gestes utilitaires indispensable pour acquérir une habileté et une aisance dans le geste et le comportement.

-Entrainement concret : Procédures en locaux techniques et en milieu de travail de soulèvement et déplacement de charges

MODALITES D'EVALUATION

Au début de la formation, un recueil des attentes des participants sera réalisé ainsi qu'une évaluation des acquis en début de formation

A l'issue de la formation, une évaluation des acquis de la formation (Article L.6353-1 du Code Du Travail) et de la satisfaction seront réalisées par le formateur. Le prestataire délivrera au stagiaire une attestation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.