



PROGRAMME DE FORMATION

FORMATION GESTES ET POSTURES,
en prévention des risques liés à l'activité
physique

Objectifs pédagogiques :

Acquérir les gestes et les positions efficaces pour se préserver en manutention et manipulation manuelle.

A la fin de la formation, le stagiaire doit être capable d'assurer sa propre sécurité et celle de ses collègues en mettant en œuvre des techniques de manipulation élaborées et adaptées à la tâche.

Appréhender les risques dorso-lombaires et la prévention (directive du Conseil 90/269/CEE et code du travail Art.R231)

ART R231.71 du CT. Décret du 03/09/1992 L'employeur doit faire bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles 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 en sécurité les manutentions manuelles.

Programme de la formation :

Présentation du formateur, des objectifs du stage et des attentes du stagiaire

Théorie : L'esprit de sécurité dans les activités de manutentions manuelle

- Attitude et responsabilités de l'exécutant vis-à-vis de sa sécurité
- Les risques d'accident du travail en manutention manuelle
- Que faire en cas d'accident ?
- Coût et conséquences

Le corps humain

- Notions succinctes d'anatomie : La colonne vertébrale, les vertèbres, la région lombaire
- Etude des principes d'économie d'effort.

Pratique :

La manutention adaptée au poste de travail

- Analyse du poste de travail et évaluation des situations.
- Application des principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Manipulation de charges diversifiées avec recherche du geste de sécurité.

Durée :

7 heures de formation min. + phase de préparation préalable.

Contact

CONTROL, 6 rue Etienne Lenoir 64 160 Morlaàs
05 59 62 46 29

contact@sasu-control.fr

www.siro-control.fr

Organisme de formation certifié qualité AFNOR en 2017.