

Ergonomie, port de charges, gestes et postures



OBJECTIFS

- Diminuer les risques d'accident et de maladies professionnelles liés aux activités physiques
- Participer à l'amélioration des conditions de travail
 - Améliorer la qualité de vie au travail

PUBLIC

Personnels manutentionnaires

CONTENU DU PROGRAMME (1 JOURNÉE)

| Présentation

- Du formateur et des objectifs du stage
- Des attentes des stagiaires

| Appréciation du poste de travail

- Analyse du poste de travail, rôle et mission
- Evaluation des situations
- Prise de conscience de la position de travail

| Identifier les gestes corrects

- Rappel d'anatomie : le corps humain, le squelette, le rachis,
- Apprentissage du verrouillage lombaire,
- Apprentissage des postures invariantes

| Techniques du port de charges

- Principe de manutention et précautions initiales
- Démonstration de gestes types en manutention des charges.

METHODOLOGIE

Essentiellement actives et pratique, elles s'appuient sur la mise en situation des stagiaires et les questions en retour de l'apport théorique de l'intervenant. Des supports écrits sont remis aux stagiaires pour permettre une meilleure intégration des sujets abordés.

FORMATEUR

Le formateur est diplômé d'un Master d'ergonomie et spécialisé dans la prévention des risques liés aux activités physiques et la conception ergonomique des postes de travail.

LIEU DE FORMATION

Possibilité de formation inter ou intra entreprise.

DUREE

7 H de formation, soit 1 journée

ORGANISATION

Groupe de 5 à 10 participants

EfficiencE Ergonomie

Standard : 04 42 97 18 18
Ligne directe : 04 88 19 75 21

Domaine du Petit Arbois
CEEI – BP88
13545 Aix-en-Provence Cedex 4
Siret : 500 386 735 000 20

info@efficiencE-ergonomie.com
www.efficiencE-ergonomie.com