

GESTES ET POSTURES LES BONNES PRATIQUES DU PORT DE CHARGES

Objectifs: Étudier et prévenir les risques d'apparition de maladies professionnelles et d'accidents du travail. Former les stagiaires à une gestuelle optimale et aux réflexes lors de manipulation et d'équipements adaptés.

Public/prérequis : Ensemble du personnel/aucun prérequis nécessaire à la formation

Modalités pédagogiques : face à face avec alternance théorie / pratique

Effectif : 5 à 10 personnes **Durée :** 14 heures **Prix de vente :** 1 250€/ session + 0.40 €/km du formateur

Support remis lors de la formation : aide-mémoire

Modalités de sanction de formation : évaluation des acquis, attestation de fin de formation et évaluation de satisfaction

DÉLAIS D'ACCES : 4 semaines.

ACCESSIBILITÉ : Formation intra – mesures nécessaires pour garantir accessibilité assurées si besoin remonté par employeur

CONTENU

Tour de table

Rappel du règlement intérieur

Rappel des objectifs

Recueil des attentes des stagiaires

Présentation du programme détaillé de formation

PROGRAMME

LES ATTEINTES A LA SANTE LIEES A L'ACTIVITE PHYSIQUE PROFESSIONNELLE ET LES CONSEQUENCES HUMAINES ET ECONOMIQUES POUR LE PERSONNEL ET L'ENTREPRISE.

1. Définition.
 - Danger
 - Risques
 - Dommage
 - Accident du travail
 - Maladies professionnelle
2. Identifier la nature et l'importance des AT-MP dans son entreprise.
 - Statistiques des AT-MP de l'entreprise
 - Rapport entre les statistiques de l'entreprise et les statistiques nationales
 - Rapport entre les statistiques de l'entreprise et les statistiques du secteur d'activité
3. Identifier les préjudices humains et économiques pour l'entreprise et son personnel.
 - Les coûts directs
 - Les coûts indirects

ANATOMIE

1. Les différentes parties du squelette.
 - Localisation des différentes parties du squelette
 - Description de la musculature et de son fonctionnement
2. Le fonctionnement d'une articulation.
 - Les éléments constituant une articulation
3. L'anatomie du dos.
 - Les différents types de vertèbres
 - Les disques intervertébraux
 - Déterminer qu'elles sont les limites de ces principes de base en sécurité et d'économie d'effort.



NOUS CONTACTER

contact@msa-services-bfc.fr

Tel. 03 80 63 23 59 - 06 20 36 79 98

www.msa-services-bfc.fr



CONTENU

Tour de table

Rappel du règlement intérieur

Rappel des objectifs

Recueil des attentes des stagiaires

Présentation du programme détaillé de formation

PROGRAMME (Suite)

LES FACTEURS DE RISQUES.

1. Biomécanique.
2. Psycho-social.
3. Liés à l'environnement physique.
4. Le travail musculaire dynamique et statique.

LES ATTEINTES SUR L'APPAREIL LOCOMOTEUR.

- Les conséquences sur la santé.
- Les différentes formes de l'accident discal.

LES PRINCIPES D'ECONOMIE D'EFFORT.

1. Les principes de bases de sécurité et d'économie d'effort.
 - Comment prendre et porter une charge.
 - Comment déposer une charge.
2. Les limites de ces principes.
 - Déterminer qu'elles sont les limites de ces principes de base en sécurité et d'économie d'effort.

EXERCICES APPLICATIFS.

1. Exercices éducatifs sur les principes d'économie d'effort.
2. Mises en application des exercices éducatifs sur les différents postes de travail



NOUS CONTACTER

contact@msa-services-bfc.fr

Tel. 03 80 63 23 59 - 06 20 36 79 98

www.msa-services-bfc.fr

