



FORSSE
BRETAGNE SUD

FORMATION SANTÉ SÉCURITÉ

N° SIRET : 810 703 322 00018

Gestes & Postures
Manutention de personnes
Formation Initiale

OBJECTIFS :

- Apporter les connaissances nécessaires afin de diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liés aux activités physiques et de participer à l'amélioration des conditions de travail.
- Programme composée d'une journée de manutention de charge et l'autre pour la manutention de personnes.

PUBLIC :

- Toute personne étant amenée à manipuler des charges, des personnes ou à effectuer des mouvements répétitifs dans le cadre de son emploi.

ORGANISATION DE LA FORMATION:

- **Prérequis**
Aucun.
- **Durée**
1 jour
- **Effectif**
De 1 à 10 stagiaires
- **Maintien des connaissances**
7 heures annuelles
- **Intervenant(s)**
Formateur spécialisé
- **Méthode pédagogique**
Exposés interactifs, démonstration par le formateur, étude de cas, exercices pratiques...
- **Attribution Finale**
Attestation individuelle de formation

TEXTES REGLEMENTAIRES DE REFERENCE:

- Code du travail
 - o R.4541-1 à R 4541-9

PROGRAMME DE FORMATION

PARTIE THEORIQUE

- Objectifs et dispositifs de formation.
- Définition de base (Risque, accident du travail, maladie professionnelle, TMS...)
- Statistiques nationales sur les accidents du travail et les maladies professionnelles dus à l'activité physique.
- Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie.
- L'activité et la fatigue.
- Enoncé des facteurs aggravants entraînant la détérioration du fonctionnement articulaire.
- Enoncé des quatre principales lésions relatives au disque intervertébral.
- Enoncé des astreintes musculaires, tendineuses et ligamentaires.
- Enoncé des principales lésions provoquées par l'hyper-sollicitation des membres supérieurs ou inférieurs.
- Notion d'ergonomie
- Les techniques de manutention de personnes

PARTIE PRATIQUE

- Exercices pratiques de port de charges de différents volumes, formes et poids (adaptés à l'entreprise)
- Mise en application des techniques de manutention des personnes.