



FORMATION

Prévention des Risques Liés aux Manutentions Manuelles

INFORMATIONS

- > Public :
L'ensemble des salariés
- > Modalités d'accès :
Signature de convention
- > Délais d'accès :
Sur demande selon disponibilité
- > Tarifs :
A partir de 660,00€ HT
- > Accessibilités aux personnes handicapés :
A définir dans l'entreprise concernée en INTRA
Accès PMR en INTER notre organisme de formation
- > Prérequis :
Aucun
- > Durée :
7 heures
- > Lieu :
Intra entreprise
Inter-entreprises
- > Nombre de stagiaires :
6 stagiaires maximum
- > Méthodes utilisées :
Participative / active
Démonstrative
- > Outils pédagogiques :
Power Point
Paper Board
Film vidéo
Remise d'un support à chaque stagiaire
- > Validation :
Présentiel
Exercice pratique
Remise d'une attestation de fin de formation
- > Recyclage préconisé :
Annuel

Objectifs pédagogiques :

- Être capable de mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés et sécurisants pour une prise en charge de qualité et de sécurité optimale
- Assurer une manutention efficace
- Être capable de protéger son rachis lombaire et favoriser une bonne hygiène de vie personnelle d'une manière plus générale
- Entraîner une dynamique de changement au sein de l'équipe en utilisant les bonnes pratiques de manutention

Programme :

- Accueil des stagiaires
- Présentation de la formation et de son organisation

Théorique

- Physiopathologie rachidienne
- Anatomie rachidienne
- Ergonomie rachidienne
- Notions d'ergonomie
- Notion de manutention
- Notion de législation

Pratique

- Exercices pratiques des différents gestes et postures
- Travaux pratiques sur les postes de travail pour une mise en application concrète des méthodes de manutention

- Bilan de la formation