



Booster le développement de vos compétences

Programme de formation **Prévenir les risques liés à la manutention** **et les troubles musculo-squelettiques (1j)**

Objectifs

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Identifier les risques liés à son activité ;
- Comprendre les problèmes de santé liés aux manutentions ;
- Prévenir les risques individuellement et collectivement.

Public concerné et prérequis

Aucun

Durée

7 heures

Matériel nécessaire pour suivre la formation

Aucun

Programme

1. Définitions :

- Les gestes ;
- La posture.

2. La manutention manuelle :

- Les risques liés à la manutention manuelle ;
- Statistiques des lésions liées à la manutention manuelle.

3. Les maladies professionnelles :

- Statistiques liées aux maladies professionnelles.

4. Les accidents du travail :

- Le coût humain ;
- Les incidences financières ;
- Les coûts financiers directs et indirects.

5. Règlementation et recommandations :

- Les principes généraux de prévention.

6. Notions d'anatomie et lésions :



Booster le développement de vos compétences

Programme de formation **Prévenir les risques liés à la manutention** **et les troubles musculo-squelettiques (1j)**

- Les muscles ;
- Le travail musculaire ;
- Les lésions musculaires et tendineuses ;
- Les troubles musculo-squelettiques ;

7. Règles de sécurité physique et d'économie d'effort :

- Principes de base du bon positionnement ;
- Le rythme de l'effort.

8. Analyse de situations de travail

Moyens pédagogiques et techniques

Toutes nos formations sont assurées par des animateurs certifiés pour leurs compétences et leur pédagogie.

Etude du support de cours remis à chaque stagiaire

Mise en oeuvre de moyens audiovisuels appropriés aux sujets traités

Contrôle des connaissances

Vidéo projecteur

PC

Vidéos

Modalités d'évaluation des acquis

Mise en application sur des exercices professionnels (avec possibilité de travailler sur des cas concrets du stagiaire)

Evaluation de satisfaction de fin de stage en ligne

Feuille de présence avec signature électronique

Attestation d'assiduité en fin de stage

Sanction visée

Le Certificat Aramis Formation valide les compétences acquises et atteste de la maîtrise du thème ou du domaine.

Délais moyens pour accéder à la formation

Formation Inter : 1 formation par mois

Formation Intra / Sur-mesure : démarrage possible à J+15



Booster le développement de vos compétences

Programme de formation **Prévenir les risques liés à la manutention** **et les troubles musculo-squelettiques (1j)**

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Vous êtes en situation de handicap(s) ? Vous souhaitez organiser une ou plusieurs sessions de formation auxquelles participeront une ou plusieurs personnes en situation de handicap(s) ?

Nous vous invitons à prendre contact avec notre équipe afin de vous accompagner au mieux : formation@aramisgroup.fr.