

# Formation initiale GESTES ET POSTURES Personnel manutentionnaire

## PROGRAMME

### A- PRESENTATION DES ELEMENTS STATISTIQUES

- Nationaux
- De l'entreprise (si possible)

### B- COUT FINANCIER DES ACCIDENTS DU TRAVAIL ET DES MALADIES PROFESSIONNELLES

- Le coût pour l'accidenté
- Le coût financier direct pour l'entreprise
- Le coût financier indirect pour l'entreprise

### C- CONNAISSANCES SUR LA MECANIQUE HUMAINE

- Le squelette
- L'activité musculaire et articulaire
- La colonne vertébrale
- Les facteurs aggravants
- Les différentes formes d'accidents de la colonne vertébrale
- Le rôle des muscles de la colonne vertébrale

### D- SENSIBILISATION AUX PROBLEMES LIES AUX T.M.S (TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES)

- Statistiques des maladies professionnelles liées aux TMS
- Notions d'ergonomie de poste

### E- SENSIBILISATION AUX PROBLEMES LIES A LA GESTUELLE

- Notions d'aménagement de son poste de travail (organisation, manipulations, gestuelle..)
- Les principes d'économie d'effort et de maintien du corps pendant le travail
- Cas pratiques, manipulations de charge, utilisation de la vidéo

Réf. ESE021

#### Public

Personnel d'atelier appelé à soulever, porter et déplacer des charges souhaitant mieux connaître les bonnes pratiques en matière de prévention des risques liés à l'activité physique

#### Pré-requis

Lire et comprendre le français

#### Résultats attendus

Pratiquer dans son quotidien la bonne gestuelle pour contribuer à son intégrité physique

#### Objectifs pédagogiques

Repérer dans son travail les situations susceptibles soit de nuire à sa santé, soit d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.

Adopter et appliquer les principes de base de sécurité pertinents en fonction de la situation.

Porter un regard critique sur la situation de travail du point de vue de l'applicabilité des principes de base et des améliorations éventuelles à apporter.

Proposer à l'encadrement toute idée d'amélioration, en particulier lorsque celle-ci nécessite une étude plus approfondie.

#### Méthodes pédagogiques

Alternance d'apports théoriques et mises en situation

#### Durée

1 jour soit 7 heures

#### Nature de la sanction

Attestation de fin de formation

#### Calendrier 2019

AGEN :

- 19 avril

#### Contacts

AGEN – 05.53.48.48.50

MARMANDE – 05.53.84.82.82