GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS

Sensibiliser sur le phénomène « accident du travail et maladie professionnelle »
Faire acquérir aux apprenants une gestuelle minimale dans la manutention de charges.
Étudier et appliquer les principes d'économie d'effort sur le poste de travail.

PUBLIC ET PRÉREQUIS

Toute personne étant amenée à manipuler des charges, poussées, tirées, portées, levées ou à effectuer des mouvements répétitifs en fonction de la tâche à effectuer.

MOYENS ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques, échanges, partage d'expérience.
Exposés avec diaporama, questionnement interactif.
Observation des participants dans leurs tâches professionnelles et débriefing interactif.

PROGRAMME

Présentation

- Statistiques des AT et AM
- Définitions des AT et MP
- Dispositifs réglementaires
- Les partenaires de la prévention
- Les droits, obligations et responsabilités de l'opérateur

Les risques liés aux Manutentions Manuelles

- Analyse du poste de travail et ses risques
- Evaluation des situations
- Ecoute et remarques des opérateurs
- Prise de conscience de la position de travail
- Les risques liés à la prise de substances
- Processus menant à l'accident du travail

Que faire en cas d'accident

- Savoir protéger
- Savoir examiner
- Savoir alerter ou faire alerter

Le schéma corporel

- Anatomie et pathologie associées
- Les lombalgies
- Les Troubles-Musculo-Squelettiques

Principes ergonomique de base

- La position assise
- Station debout au poste de travail
- Principes d'économie d'effort
- Principes de sécurité physique
- Principes de levage d'une charge
- Les bons gestes
- Les gestes de la vie quotidienne

Bilan d'évaluation

- Tour de table

SUIVI ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

Document d'évaluation de satisfaction, test des acquis, attestation de présence, attestation de formation individualisée