

Finalités de la formation

- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles liés aux activités physiques et participer à l'amélioration des conditions de travail.
- Proposer à l'encadrement toute idée d'amélioration en particulier, lorsque celle-ci nécessite une étude approfondie.

Personnes concernées

Personnels réalisant des gestes répétitifs et/ou des manutentions spécifiques.

Objectifs pédagogiques

- Repérer les situations susceptibles d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.
- Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts.
- Porter un regard critique sur les situations de travail du point de vue de l'applicabilité des principes de base et des améliorations à apporter.

Durée

½ journée d'audit conseillée
1 à 2 jours de formation par groupe

Lieu

En entreprise

Nombre de participants

10 personnes au maximum par groupe

Méthodes et moyens pédagogiques

- Présentation Powerpoint
- Enseignements théoriques et exercices en alternance idéalement sur les postes de travail des stagiaires.
- Utilisation du caméscope pour les exercices pratiques d'application et de correction.

Prévention des risques liés à l'activité physique et l'ergonomie

PRAPE

PROGRAMME

Audit : Nous vous proposons d'observer les salariés à leur poste de travail, de les filmer (avec l'autorisation de la hiérarchie et des personnes concernées). La formatrice a également un entretien avec un stagiaire et son hiérarchique.

Formation :

- Importance des accidents du travail dus aux gestes répétitifs, manutentions et aux manipulations :
 - Evolution
 - Facteurs de risques
 - Gravité des accidents, coût...
- Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie permettant de découvrir les gestes à risques : le dos rond, la torsion en charge, les gestes répétitifs.
- L'accident de la colonne vertébrale, sa détérioration et ses facteurs aggravants (scoliose, lordose, cyphose...)
- La prévention du risque ; les risques généraux :
 - Principe de sécurité physique et d'économie d'effort
 - La réglementation ; limitation des charges
 - Descriptions de différents postes de travail : poste assis, poste debout, postes de manutention
 - Notion d'ergonomie : observer les postes de travail ; les normes de conception des postes de travail liées au port de charges...le nombre de manutentions réalisées ; l'application des principes de prévention
 - Technique de la manutention manuelle
 - L'aménagement du poste de travail

La mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'effort

- Techniques gestuelles de manutentions manuelles
- Exercices pratiques de manutentions sur des charges rencontrées dans l'entreprise, exercices de compensation et d'entretien.
- Actions correctives directement menées sur le poste de travail : les gestes à risques ; la faisabilité de la mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'efforts ; le nombre de manutentions ou de manipulations ; propositions d'axes d'améliorations

Géraldine Pachent
Responsable développement
05 61 14 84 31
g.pachent@sotel.fr

Estelle MAROCCO
Conseillère clientèle
05 67 69 02 32
e.marocco@sotel.fr

Laetitia MIRABEL
Assistante
05 67 69 02 41
l.mirabel@sotel.fr