



OBJECTIFS

- Réduire le risque de blessures musculo-squelettiques
- Être sensibilisé aux risques de la manutention manuelle et des TMS
- Connaître les facteurs susceptibles d'augmenter ces risques
- Connaître et appliquer les principes essentiels de la manutention manuelle pour la prévention et la réduction des TMS



DURÉE

- 0,5 jour (3,5 heures)



PUBLIC CONCERNÉ / PRÉ-REQUIS

- Ensemble du personnel.
- Avoir la connaissance de la langue française nécessaire à la compréhension des documents de travail.



MOYENS PÉDAGOGIQUES ET MODALITÉS D'ANIMATION

- Salle de formation et supports pédagogiques, exposé théorique
- Mises en situation sur scénarios spécifiques
- Kit de présentation colonne vertébrale, charges diverses
- Formateur compétent et expérimenté dans le domaine de la prévention



MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation sous forme de mise en situation.



NOMBRE DE STAGIAIRES

- 10 personnes maximum



RECYCLAGE

- Recommandé tous les 2 ans

CONTENU PÉDAGOGIQUE

Théorie

- Enjeux des TMS en santé et sécurité eu travail Définitions et généralités
- Manutention manuelle et TMS
- Principes essentiels de manutention manuelle

Pratique

- Activités d'échauffement
- Mise en pratique des principes
- Synthèse et bilan de la formation

Les exercices pratiques sont réalisés pour chaque thème tout au long de la formation.

