

Réf : RP0025

Durée : 1 jour (7H00)

Contact:

02.54.96.02.60
contact@cdo-formation.fr

CDO Formation
4, rue du couvent
41200 Millançay

☎ 02.54.96.02.60
www.cdo-formation.fr



Un conseil dans le choix
d'une formation !
Contactez notre
conseiller:

Ahmed OUMGHAR
06.30.82.18.84
a.oumghar@cdo-formation.fr

OBJECTIFS DU MODULE

- ☒ Sensibiliser les participants à une prise de conscience face au risque liés à la manutention manuelle
- ☒ Analyser les situations du travail pour repérer les risques et se prémunir
- ☒ Connaître les principes de sécurité physique et d'économie d'effort applicables aux différentes gestes et postures
- ☒ Entraîner une dynamique de changement au sein de l'équipe en utilisant les bonnes pratiques de manutention

PUBLIC

- ☒ Tout public

PRE-REQUIS

- ☒ Pas de prérequis

PROGRAMME DE FORMATION

- ☒ Les principes de la prévention des risques
Notions d'enjeux humain, réglementaire et financier
- ☒ Les risques, les accidents du travail, les maladies professionnelles et leur impact
- ☒ L'activité physiques induisant les lombalgies et les TMS
- ☒ Notion élémentaire d'anatomie et de physiologie
- ☒ Les gestes et postures dans les postes de travail
- ☒ Les éléments déterminants de l'activité physique ;
- ☒ Préparation du travail sur l'analyse des postes de travail.
- ☒ Observation et analyse d'une situation de travail ;
- ☒ Identification des gestes et des postures sur les postes du travail
- ☒ Les principes de base d'économie d'effort (exercices pratiques)

METHODES PEDAGOGIQUES

- ☒ Après un apport théorique sur les principes déterminants de l'activité physique et l'application sur des séquences audiovisuels, le travail sera transféré à l'étude des cas pratiques.

EVALUATION

- ☒ Attestation de formation