



## PREVENTION DES RISQUES LIES A LA MANUTENTION MANUELLE ET POSTURES AU TRAVAIL - Code R4300

### PUBLIC

- Toute personne étant amenée à effectuer des manutentions lors de son travail

### PREREQUIS

- Aucun

### MODALITES PEDAGOGIQUES

- Exposés dynamiques et interactifs
- Travaux dirigés
- Mises en situations professionnelles

### MODALITES DE SUIVI ET D'EVALUATION

- Etudes de cas

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Identifier des situations pouvant nuire à sa santé et sa sécurité
- Appréhender les principes de sécurité physique
- Proposer des solutions d'amélioration du poste de travail

### PROGRAMME

#### Apports théoriques

- Les statistiques accidents du travail et maladies professionnelles / Notions de préventions des risques
- Les notions d'anatomie physiologie
  - La colonne vertébrale
  - Les muscles
  - Les articulations
- Les principes de comportement physique

#### Exercices pratiques

- Application des principes de base par des exercices écoles
- Applications à des situations de travail concrètes
- Quelques notions d'ergonomie de poste
- Propositions d'améliorations techniques et comportementales simples



Nous consulter



1 à 10  
participants



1 jour



Réalisation en intra entreprise,  
Planification sur commande

### INFORMATIONS ET INSCRIPTION