



## GESTES ET POSTURES MANUTENTION MANUELLE

### Public visé

- Travailleurs exposé au port de charges ou aux activités de manutention comportant des risques dorsolombaires.
- Travailleur exposé à des conditions ergonomiques défavorables.

### Prérequis

- Aptitude physique.
- Utilisation usuelle de la langue française.

### Justification de l'action

- Manutention : Articles R4541-1 à R4541-11 et R4141-15 du code du travail.
- Formation à la sécurité : Articles L4141-2 et 4, R4141-3 et R4141-13 du code du travail.

### Durée de l'action

- 7 heures (1 journée).
- Les enseignements pratiques et les mises en situations d'évaluation des stagiaires représentent 40 à 50 % du temps de formation.

### Nombre de participants par groupe

- 8 personnes maximum.

### Contenu théorique

- Identifier les accidents de travail et maladies professionnelles dus à la manutention.
- Expliquer les situations à risques.
- Examiner la réglementation applicable à la manutention manuelle.
- Rappeler les notions d'anatomie : organisation musculaire ; squelette et colonne vertébrale ; troubles musculo-squelettiques.
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort, démultiplication des masses et recherche de l'équilibre.

### Contenu pratique

- Etudier des postes in situ ;
- Appliquer les techniques de levage et de transport de charges via des exercices pratiques

### Sanction de l'action

- Fiche individuelle de suivi précisant les résultats obtenus, les mises en situation réalisées, et comportant un avis du formateur à l'attention de l'employeur, relatif aux capacités évaluées.



## Informations légales et conditions nécessaires à la formation

### Codes de la formation

- **Formacode** : 31776 – Geste posture.
- **NSF** : 311 – Transport, manutention, magasinage.

### Objectif pédagogique général

- A la fin de cette formation, le stagiaire doit être capable de préserver sa santé par des techniques de manutention correctes et d'assurer sa sécurité et celle des autres personnes concernées lors des opérations de manutention.

### Analyse des besoins des bénéficiaires

- Le programme de cette formation est standard, et non-personnalisable. Il incombe au préalable au commanditaire de définir la durée adéquate, avec le conseiller commercial de l'organisme de formation, en fonction des aptitudes des bénéficiaires.
- Une évaluation diagnostique réalisée par le formateur confirme ou infirme l'analyse préalable. Le cas échéant, un complément de formation peut être recommandé par le formateur.

### Moyens d'encadrement

- Organisme de formation déclaré à la DRIETS disposant d'un Service Relations Clients, d'un Service Qualité, et d'une équipe pluridisciplinaire de formateurs.
- Formation en présence physique (nous consulter pour les modules théoriques possibles à distance).

### Moyens et méthodes pédagogiques

- Formateurs en prévention des risques professionnels, titulaires d'une attestation de compétence délivrée par l'organisme à l'issue d'une validation de leur aptitude à enseigner le sujet.
- Supports d'animation pédagogique standardisés, utilisés en vidéo-projection.

### Moyens techniques requis

- Pour les apports théoriques : salle de cours, chaises, tables, mur clair pour projection, tableau papier ou effaçable.
- Pour les apports pratiques : postes de travail et charges à manutentionner.
- En cas de formation dans notre centre, ces moyens sont à notre charge. En cas de **formation intra-entreprise**, ils doivent être **garantis par l'employeur** des bénéficiaires. Les appareils et installations doivent être conformes à la réglementation sans quoi **la formation ne pourra pas avoir lieu**.

### Modalités d'évaluation individuelle des acquis

- Evaluation diagnostique théorique et sommative théorique (quizz en ligne accessible via le smartphone de l'apprenant).
- Evaluation formative théorique par questionnaire oral.
- Evaluation formative pratique et sommative pratique, au moyen de mises en situation d'application des enseignements.
- A l'issue de la formation, le formateur formule un avis écrit quant aux capacités acquises de l'apprenant.



# Panda Prévention

## Sécurité

- En cas de formation intra-entreprise, les moyens alloués à la formation devront être présentés au formateur dès son arrivée, afin de vérifier leur adéquation aux impératifs techniques et de sécurité réglementaire. Nos formateurs ont la délégation pour signer les plans de prévention.

## Accessibilité (handicap)

- Contacter le référent PSH.

## Délai de réalisation et tarif

- Inter / Intra / Groupe / Individuel : sur devis, nous consulter.

## Qualité de la prestation

- Toute variante souhaitée doit faire l'objet d'un programme sur mesure.
- La qualité de notre intervention ne saurait être garantie si le nombre de participants, la durée pédagogique effective et les moyens techniques requis ne sont pas respectés.