



Public visé :

- Travailleurs exposés 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



Durée :

- 7 heures (1 jour)



Nombre de participants par groupe :

- 10 personnes maximum



Périodicité :

- A définir par l'employeur au moyen de contrôles périodiques des capacités des travailleurs



Textes officiels se rapportant à l'action de formation :

- 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

Objectif général de la formation :

- 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.

Contenu de la formation :

- Enseignements théoriques
 - Accidents de travail et maladies professionnelles dus à la manutention
 - Situations à risques
 - Réglementation applicable à la manutention manuelle
 - Notions d'anatomie :
 - Organisation musculaire
 - Le squelette et la colonne vertébrale
 - Troubles musculo-squelettiques
 - Principes de sécurité physique et d'économie d'efforts :
 - Démultiplication des masses
 - Recherche de l'équilibre
 - Vidéos sécurité
- Enseignements pratiques
 - Etudes de postes in situ
 - Techniques de levage et de transport de charges
 - Exercices pratiques de levage et de gestion des énergies
- Bilan de la formation

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.

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.

Codes de la formation

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

Moyens d'encadrement :

- Organisme de formation déclaré à la DRIETS disposant d'un Service Relations Clients, d'un Service Administratif et d'un Service Qualité.
- Organisme titulaire du certificat QUALIOPi réglementaire exigé pour les développeurs de compétences
- Formation en présence physique uniquement.

Moyens et méthodes pédagogiques :

- Formateurs en prévention des risques professionnels
- Supports d'animation pédagogique standardisés, utilisés en vidéo-projection lors d'un face à face pédagogique en salle.
- Apprentissage pratique basé sur l'acquisition progressive des techniques, au cours d'une succession d'exercices.
- Livret de synthèse remis à chaque stagiaire à la fin de la formation ou disponible en ligne sur l'espace apprenant.

Moyens d'évaluation individuelle des acquis :

- Évaluations diagnostique théorique et sommative théorique (test théorique)
- Le formateur évalue les acquis du stagiaire (savoirs et savoir-faire) au moyen d'une fiche standardisée correspondant à une procédure intégrée au système qualité de l'organisme.
- Un avis à l'employeur sur les capacités du stagiaire est formalisé par le formateur.

Moyens techniques à disposition :

- Pour les apports théoriques : salle de cours, tables, chaises, mur clair pour la projection, tableau papier ou effaçable.
- Pour les apports pratiques : postes de travail et charges à manutentionner
- En cas de formation groupe sur un de nos centres, ces moyens pourront vous être mis à disposition.

Sécurité et hygiène :

- Dans l'entreprise comme en centre de formation, les bénéficiaires devront au minimum porter les équipements suivants, remis par leur employeur :
 - Tenue de travail
- En cas de formation sur l'un de nos centres, les consignes sanitaires et le règlement intérieur seront affichés sur place.
- En cas de formation dans les locaux de l'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 réglementaires.

Accessibilité (handicap) :

- Nous avons des centres de formation accessibles aux personnes en situation de handicap (nous consulter).

Qualité de la prestation :

- La qualité de la formation préalable ne saurait être garantie si le nombre de participants, la durée pédagogique effective et les moyens techniques requis ne sont pas respectés.

Tarifs :

- Intra : à partir de 900.00€HT