



Gestes et postures

MANIPULATION DES CHARGES

GEPM –V 2022

MODALITÉS

 7 h00 – 1 jour
 10 personnes maximum

- Présentiel
 Distanciel
 Mixte

PUBLICS

Tout public

PRE-REQUIS

Aucun

DELAI D'ACCES

Toute l'année (dans les 3 mois après l'inscription)

INTERVENANTS

Formateur spécialisé en prévention des risques professionnels

SANCTION / VALIDATION

Attestation de suivie de formation remise à chaque participant.
 Evaluation des connaissances via un QCM

CONTACT

MSA Services MPS
 Service formation
 78 Voie du TOEC
 31 064 Toulouse Cedex 9
 05 61 10 40 09
formation@msaservices-mps.fr
 Personne en situation de handicap, nous contacter.

OBJECTIFS

- Connaître les risques liés à la manutention de charges.
- Savoir manipuler des charges en préservant son intégrité physique.
- Aménager son poste de travail.

PROGRAMME

- Introduire des notions de prévention (accidents de travail AT, maladies professionnelles MP, Troubles musculo-squelettiques TMS) et de protection (Document Unique de l'entreprise DUERP).
- Répérer les facteurs de risques (bio mécaniques, individuels, psychosociaux, organisationnels, environnementaux)
- Acquérir des connaissances de base sur l'anatomie du corps humain
- Analyser d'une situation de travail à l'aide de la grille d'observation et d'analyse)
- Mettre en pratique les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts): Exercices pratiques
- Proposer des pistes d'améliorations adaptées aux situation de travail.

METHODES PEDAGOGIQUES

- Apports théoriques.
- Exercices pratiques en lien avec le poste
- Travaux en groupes.