

# FORMATION DE FORMATEUR MANUTENTION

## CONTEXTE REGLEMENTAIRE / NORMATIF :

## OBJECTIFS :

- Connaître les enjeux et objectifs d'un projet de manutention en entreprise.
- Identifier les risques professionnels liés à l'activité physique, aux postes de travail et rechercher des solutions concrètes d'amélioration.
- Faire acquérir aux salariés des connaissances leur permettant de participer efficacement à l'amélioration des conditions de travail.

DUREE : 2 jours + 1 jour à distance

NOMBRE DE PARTICIPANTS : 10

## PUBLIC/PREREQUIS :

Personnel amené à sensibiliser les équipes au risque manutention

## PROGRAMME :

### **Les Connaissances Techniques**

- Aspects réglementaires et statistiques
  - Les causes
  - Les conséquences
  - Les méthodes traditionnelles contre le mal de dos
  - Les diverses contraintes exercées sur le dos au quotidien
- Caractéristique et fonctionnement du corps humain
  - La colonne vertébrale, Le disque intervertébral
  - La moelle épinière, Le système nerveux
  - Les muscles
  - L'alimentation, La digestion
  - Le sommeil, Les fatigues
- Prévention et bons gestes
  - La pratique des bons gestes
  - L'entretien au quotidien
  - Les équipements de protection individuelle
- Approche de la pédagogie : savoir mener une action de sensibilisation

### **Mise en Pratique**

- Analyse de poste :
  - Aide à la décision sur les postes de travail et / ou modifications des comportements
  - Apprentissage des gestes adaptés
  - Prise en compte des problèmes rencontrés

INTRA

INTER

## FORMATEURS :

Kinésithérapeutes -  
Ostéopathes  
Moniteurs PRAP

## MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES :

- Formation en salle (exposé, questions réponses, exercices)
- Formation pratique
- Vidéo projecteur
- Différents types de charges
- Livrets pédagogiques

## CONTACT :

04 42 09 49 03  
[gse@qseformation.com](mailto:gse@qseformation.com)



## COMMENTAIRES :

- Les stagiaires devront venir équipés de leurs EPI si nécessaires à l'exécution du travail
- La journée à distance est optionnelle, mais permet aux stagiaires de réguler leur pratique et d'améliorer leurs compétences.