

OBJECTIFS :

- À l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :
- Etre capable d'appréhender les risques dorsolombaires et leur prévention,
 - Connaître les techniques de gestes et postures de travail adaptées pour diminuer la fréquence d'accidents,
 - Atténuer la fatigue et améliorer ses compétences professionnelles.

Modalités d'accès: Fiche d'inscription, entretien, test de positionnement.

Délais d'accès : 2 semaines

DURÉE

21 heures sur 3 jours

TARIF NET DE TVA

Inter : 840 €

Intra : nous consulter

EFFECTIF

Minimum : 6

Maximum : 12

LIEU DE FORMATION

Paris

Rosny-sous-bois

Pontault-Combault

CONTACT

01.75.85.15.14

service-client@arcanes-
formation.com

INDICATEURS DE PERFORMANCE 2024

Taux de Réussite : 100%

Taux de Rupture : 0%

Taux de recommandation :
100%

PROGRAMME

Formation théorique

- Sensibilisation aux risques d'accident par manutention,
- Statistiques des accidents de travail et des maladies professionnelles liées à la manutention,
- Aspect réglementaire,
- Notion d'anatomie et de physiologie appliquée,
- Notions d'effort et de fatigue,
- Evolution des lésions.

Formation pratique

- Principe d'économie d'effort,
- Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne préhension de la charge,
- Choix des prises,
- Manipulation de charges de natures diverses (charges spécifiques à l'établissement),
- Les postures de travail,
- Approche de l'organisation du poste de travail par le principe d'économie d'effort.

PUBLIC

Toute personne ayant à effectuer de la manipulation ou du transport manuel de charges.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Apports théoriques.
Exercices pratiques.
Jeux de rôles.
Travail individuel ou en sous-groupe.

Salle équipée d'un vidéoprojecteur, écran, paperboard.

ÉVALUATION

Test de fin de formation.
Questionnaire de satisfaction en fin de formation.

PROFIL FORMATEUR

Formateur expert et professionnel.

SUIVI ET VALIDATION

Feuille d'émargement.
Attestation de fin de formation.



01.75.85.15.14



contact@arcanes-
formation.com



www.arcanes-
formation.com