

<b>Objectifs</b>	Sensibiliser à l'importance des accidents liés à la manutention et appliquer les bons gestes pour réaliser de la manutention manuelle en sans se blesser
<b>Public</b>	Toute personne amenée à réaliser la manutention de charge et/ou adopter des postures non naturelles
<b>Prérequis</b>	Savoir communiquer dans la langue française
<b>Durée</b>	0.5 jour soit 3.5 heures
<b>Date - Planning - Délai d'accessibilité</b>	Sessions tout au long de l'année – planning disponible sur le site internet au semestre – Accessible en 1 journée
<b>Modalité d'accès</b>	Financement personnel – plan de formation entreprise - Fonds FNE – POE – AIF France Travail
<b>Lieu</b>	En centre – En entreprise
<b>Coût</b>	Nous consulter
<b>Nb participants</b>	1 à 6 participants

## Programme Pédagogique

### Introduction et présentation de la formation :

- Présentation de la formation et du formateur
- Questionnaire de positionnement
- Tour de table pour connaître les attentes et les besoins des stagiaires

### La prévention :

- Les objectifs de la prévention (statistiques accidents de travail)
- La définition d'un danger, d'un risque et d'une situation dangereuse

### L'anatomie et la physiologie :

- La colonne vertébrale
- Les articulations

### Les lésions fréquentes et les troubles musculo squelettiques (T.M.S.)

### Les principes d'économie d'effort et de sécurité physique

### Les principes d'aménagement de poste et d'aide à la manutention

### Mise en situation

- Mise en application sur les postes en fonction de l'activité du stagiaire

## Méthodes pédagogiques

Démonstrative, interrogative, de découverte et expérimentuelle

## Moyens pédagogiques

**Matériels :** Salle de formation, ordinateur, vidéoprojecteur, livret pédagogique, diaporama de formation

**Humains :** 1 formateur

## Modalités d'évaluation

### Avant la formation :

- QCM de positionnement – 5 questions

### Après la formation :

- QCM validation des acquis – 20 questions

**Numéro du document**  
AF-SSE-01.11-R

**Indice**  
C

**Statut**  
BPA

**Date de la version**  
01/07/2025

#### Accessibilité aux personnes en situation d'handicap

N'hésitez pas à nous contacter. Nous analyserons avec vous la meilleure formule de formation adaptée à votre situation. Retrouvez plus d'informations sur l'accès à la formation pour les personnes en situation d'handicap sur le site de l'AGEFIPH - Référent PSH : Christine MEROUZE (02 33 23 19 91)

#### Contacts

**Administratif et Commercial :** Maeva TYMEN

**Mail :** accueil@academydelaformation.com

**Taux de réussite en 2024 : 100%**

**Taux de satisfaction 2024 : 5/5 – 100%**