

Durée : 1 jour / 7 heures

Tarif : 788 € HT / jour / groupe.

Formation en présentiel – Groupe de 4 à 10 personnes

RGPR10

Objectifs

- Prendre conscience des possibilités et des limites des capacités physiques
- Comprendre l'importance des gestes et positions les plus adéquats aux différentes opérations
- Comprendre l'importance de l'hygiène de vie

Public

Personne accomplissant des manipulations manuelles

Pré requis

- Maitriser la lecture, l'écriture et la compréhension du français
- Aptitude médicale à la manutention

Formateur

Michael BREDELET formé par l'INRS Habilité IPRP CRAM OPPBTP ANACT

Sessions

A convenir

Horaires

8h30 – 12h00 et de 13h00 – 16h30

Contact

Éléments du Programme

Obligation légale article R4541-8

L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions de risques définis par l'arrêté prévu à l'article R4541-6 d'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Partie théorique

- Les accidents du travail liés aux manutentions manuelles
- Les maladies professionnelles liées à l'activité physique
- Le cout humain direct ou indirect pour l'entreprise
- Anatomie, physiologie, pathologies
- Facteurs de risques aggravants, hygiène de vie
- Quelques ennemis de la sécurité
- L'importance de se remettre en question
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort

Partie pratique

- Rappel des principes de sécurité physique et économie d'effort
- Echauffements, éveil musculaire (en accord avec les pratiques existantes dans l'entreprise)
- Visite des postes de travail
- Démonstration par le moniteur/pratique des stagiaires
- Bilan de la formation

Modalités pédagogiques

Stage accessible aux personnes en situation de handicap, accompagnement par le référent handicap AFPI

Formation participative et opérationnelle
Chaque stagiaire devra être équipé d'EPI adéquats
Charges fournies par l'entreprise

Apports théoriques sur vidéo projecteur
Démonstration du formateur
Pratique sur les postes de travail

Evaluation et validation :

Évaluation de fin de stage de type QCM
Attestation de fin de formation
Questionnaire de satisfaction