Référence : STD-SENGP51

Manutentionner des charges sans danger pour sa santé et sa sécurité

Durée
3.5 heures

0.5 jour

Prérequis
Aucun

Public concerné
Tout salarié effectuant des manutentions de charges, quel que soit le domaine d'activité : manutentionnaire, préparateur de commmandes, magasinier, manoeuvre de chantier, etc

Effectif maximum
10 personnes

Qualification Intervenant (e)(s)
Spécialiste en prévention réalisant des missions d'inspection, d'audit, d'assistance et / ou de conseil dans le domaine concerné

Moyens pédagogiques
- Films : témoignages ; port de charges
- Situations de travail sur supports numériques illustrés.
- Démonstrations : manutention d'un carton, d'un jerrican, d'un sac, d'une table

Modalités d'évaluations
Auto-évaluation par le stagiaire concernant l'atteinte des différents objectifs visés.
Documents remis :
- Attestation d'assiduité (financeur)
- Attestation de fin de formation (stagiaire)

Objectifs
Adapter son comportement aux différentes situations de manutentions manuelles.

Programme
Risques liés aux manutentions manuelles
- les différentes pathologies
- la nature irréversible des lésions

Principes de base
- le dos droit, fixation de la colonne
- la réduction des efforts
- le levage élémentaire

Méthodes de travail
- la préparation, l'équipement
- le positionnement, le levage
- le transport de la charge

Applications pratiques
- port d'un carton
- port d'un jerrican
- sac de sable
- déplacement d'une table
- utilisation d'un outil

Synthèse et débat
- les obstacles à la mise en oeuvre des techniques
- la préparation physique
- les avantages
- synthèse des acquis

Manutentionner des charges sans danger pour sa santé et sa sécurité

Le + DEKRA

- La dématérialisation de la formation,
- Des formateurs, des experts techniques et un réseau de partenaires en France,
- Une méthodologie éprouvée,
- Une pédagogie innovante,
- Un espace client,
- Une démarche RSE avec la fourniture de 90% de nos livrets sous format digital.

Flashez ce QRCode pour accéder à notre site internet

Modalités d'accessibilité

DEKRA est mobilisé au travers de sa mission Handicap et mettra tout en oeuvre pour la pleine réussite de ses formations