

Durée :

3 jours (21 h.)

Les participants et leur pré-requis :

Toute personne amenée à effectuer des manutentions manuelles : soulever, porter, manipuler, déplacer des charges.

Notre intervenant :

Moniteur PRAP formé INRS

L'organisation :

Lieu : à déterminer

Dates : à déterminer

Horaires : 08h30 - 17h30

Coût par participant :

**900 € HT
(1080 € TTC)**

Renseignements et inscriptions :

Sabine ACCO

LES OBJECTIFS :

- Repérer les situations susceptibles de nuire à l'intégrité physique des personnes ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.
- Adopter et appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts sur son poste de travail en fonction de la situation.
- Porter un regard critique sur les situations de travail du point de vue de l'applicabilité des principes de base et des améliorations éventuelles à apporter au poste.
- Faire remonter les informations lorsque les modifications envisageables sur les postes de travail ne sont pas du ressort des participants.

NOTRE CHOIX PEDAGOGIQUE ET LES MODALITES D'EVALUATION:

Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques de manutention. Exercices pratiques sur poste de travail et actions correctives.

Evaluation qualitative et quantitative effectuée par les participants en fin de formation

LE CONTENU DE LA FORMATION :

■ **Introduction**

- Les notions de dangers, situations dangereuses, dommages, risque, Accident du Travail, Maladie Professionnelle...
- Les risques liés à l'activité physique et les préjudices associés (humains, économiques)
- Les indicateurs statistiques AT/MP

■ **Anatomie et physiologie du corps humain**

- Description du corps humain : le squelette, le système musculaire, nerveux, articulaires ; les membres supérieurs
- Les gestes à risques osseux, musculaires, articulaires...(dos rond, torsion en charge, gestes répétitifs, TMS, colonne vertébrale...)

■ **Analyse de risques et déterminants**

- Appréhender la notion de situation de travail (méthode I-TA-MA-MI)
- Décrire les sollicitations dans son activité et identifier les déterminants de l'activité physique

■ La prévention des Risques

- L'application des principes généraux de la prévention
- Les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts : application au port des différentes charges rencontrées par les participants
- Les principes généraux de prévention liés à la manutention manuelle
- Les différents postes de travail :
- Conduite à tenir face aux manipulations spécifiques
- Notion d'ergonomie : Observer les postes de travail : des solutions techniques, organisationnelles et humaines...
- Utilisation de l'aide technique appropriée
- Prendre en compte le potentiel de la personne : évaluer le potentiel de la personne soignée ou aidée

■ La mise en pratique des principales de sécurité physique et d'économie d'effort dans les situations professionnelles nécessitant une manutention de personne

- Techniques gestuelles de manutentions manuelles
- Exercices pratiques de manutentions sur des personne soignée ou aidée
- Actions correctives directement menées sur le poste de travail :
 - Les gestes à risques
 - La faisabilité de la mise en pratique des principes de sécurité physique et d'économie d'efforts
 - Le nombre de manutentions ou de manipulations
 - Proposition d'axes d'améliorations

■ Evaluation des stagiaires

- Mise à disposition par l'établissement : tables examen, sièges à accoudoirs escamotables, lits médicalisés, tables de nuit, déambulateur, planchette de transfert, drap de glissement, soulève malade