

Gestes et postures de sécurité manutention manuelle

PRÉSENTIEL

SUR-MESURE

Objectif de formation

Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnels liés aux activités physiques.

Programme

Intérêts des principes de prévention lors des Manutentions manuelles

Les accidents du travail, les maladies professionnelles

Anatomie du corps humain : principes physiologiques

Le squelette et les articulations : présentation des TMS

La colonne vertébrale et les disques intervertébraux : fonctionnement, types d'accidents lors des mauvais gestes

La sécurité lors des manutentions manuelles

Les principes de manutention manuelle et d'économie d'effort

Applications pratiques

1ère partie:

Principes de base des manutentions : le formateur effectue des démonstrations de port de charges classiques (cartons, caisses...). Ensuite, il fait manipuler les stagiaires.

2ème partie:

Applications au poste de travail : sur tous les postes de travail habituels des stagiaires, après une rapide étude, le formateur propose une amélioration des gestes et techniques.

Les points forts de la formation

• Mise en situation des participants en fonction des spécificités des métiers : Hôtellerie Restauration (houssage déhoussage, réfection des lits, etc..) en industrie (travail sur les chaînes de production, conditionnement etc...)

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue



Public cible

Tout public Formation uniquement proposée en intra (groupe constitué d'une même entreprise)



Durée

1 Jour dont 7 Heures en centre



Tarif(s) net de taxe

Nous consulter



Adresse

Site de Rennes/Bruz

Campus de Ker Lann, 6 Rue des frères Montgolfier, BP 17201

35172 Bruz

https://www.cci-formationbretagne.fr/ille-et-vilaine

Les conditions d'admission

Prérequis

Etre majeur

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Acquérir les connaissances de base dans les gestes, les postures, les attitudes de travail pour réduire la fatigue et éviter l'accident. Analyser les risques liés aux manutentions manuelles. Contribuer à la prévention des TMS.

PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Questionnaire à choix multiples pour la théorie et test d'aptitude à la conduite en sécurité pour la partie pratique

Modalités pédagogiques

Apport théorique et exercices pratiques

Les sessions
Bruz

• Nous contacter

Date et mise à jour des informations : 28/11/2025

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr



Contacts



