

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.

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Tout public

Durée

1 jour dont 7 heures en entreprise

Tarif(s) net de taxe

Nous consulter

Adresse

Site de Lorient

21 quai des Indes,
CS 30362,

56323 Lorient

<https://www.cci-formation-bretagne.fr/morbihan>

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun prérequis

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

Alternance d'apports théoriques et de mises en application pratique. Méthode participative. A partir des cas pratiques apportés par les participants mise en situation

Modalités pédagogiques

Apport théorique et exercices pratiques

Les sessions



Lorient

- Nous contacter

Date et mise à jour des informations : 05/05/2026

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

Contact



GAUDINAUD Danielle

danielle.gaudinaud@morbihan.cci.fr

CCI Formation Morbihan - Site de Lorient - N° SIRET 13002280900011 - N° d'activité 53351000435
21 quai des Indes, CS 30362, - 56323 Lorient

Tél. : 02 97 64 04 54 - formation.continue@morbihan.cci.fr - <https://www.cci-formation-bretagne.fr/morbihan>

 CCI FORMATION
BRETAGNE