



SECURITE EN GESTES ET POSTURES (INGP)

PUBLIC & PREREQUIS

Toutes personnes appelées à soulever, déplacer, positionner des charges diverses à la main, soit en manutention libre, soit à un poste de travail

NIVEAU

V

OBJECTIFS GENERAUX

- Diminuer les risques d'accidents dorsolombaires sur les lieux de travail en appliquant les principes de sécurité physique et d'économie de l'effort.

EFFECTIF

10 personnes

DURÉE

1 jour

VALIDATION

Attestation de formation

PROGRAMME :

THEMES	DUREES
La sécurité en gestes et postures (théorie)	2h 00
Application pratique	5h 00
DUREE TOTALE	7h 00

MOYENS :

Salle équipée d'un ensemble multimédia
PC ET Vidéo projecteur
Aire d'évolution + Charges diverses



PROGRAMME PROGRESSION :

N° SEQUENCE	OBJECTIFS	DUREE
1	Etre capable de réaliser des manutentions manuelles en appliquant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort	Théorie 2 h Pratique 5 h
THEME		MOYENS
<p>I. LA SECURITE EN GESTES ET POSTURES (Théorie)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Notions d'anatomie du corps humain et des mécanismes de déclenchement des lésions causées par les mauvaises postures 2. Enoncé des principes de sécurité physique et d'économie d'effort 3. Incidences économiques sur la vie de l'entreprise 4. Approche d'une analyse d'accident 		<p>Salle de cours équipée PC Vidéo projecteur</p>
<p>II. APPLICATION PRATIQUE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Organisation des manutentions en équipe 2. Recherche du geste ou de la position de sécurité pour l'exécution des manœuvres individuelles 3. Sensibilisation aux risques encourus par l'homme au cours d'une manutention manuelle 4. Equipements de Protection Individuelle 5. Matériels auxiliaires de manutention 		<p>Aire d'évolution Charges diverses</p>