

S'initier aux gestes et postures TMS

PROGRAMME

1. Partie théorique :

- Comprendre la législation sur le port manuel des charges.
- Connaître le coût d'un accident du travail pour le salarié.
- Savoir le coût d'un accident du travail pour l'entreprise.
- Aborder le squelette.
- Connaître les risques spécifiques liés au squelette : fracture arthrose... ; accidents liés aux tendons ; accidents liés aux muscles ; la colonne vertébrale.
- Maîtriser le processus d'accident de la colonne vertébrale.
- Aborder les formes cliniques de l'accident lombaire : Lumbago, Sciatique, Hernie, Tassement.
- Appréhender les notions d'ergonomie : position prolongée debout et la position assis-debout ; différentes hauteurs de plan de travail ; ergonomie sur poste statique ; les principes pour lever une charge en sécurité.

2. Partie pratique :

- Faïes de manipulations et des mises en situation.
- Exemples de cas traités :
 - Levage petite caisse avec poignées
 - Petite caisse avec poignées sur entablement
 - Petite caisse sans poignées
 - Petite caisse sans poignées sur entablement
 - Grande caisse à deux porteurs (lever et transporter)
 - Charge ronde : couronne (lever et transporter)
 - Charge longue : tube, barre (lever et transporter)
 - Sac de 25 à 30 kg de sable (lever et transporter)
 - Levage et transport d'un seau puis de deux
 - Levage et transport d'une bouteille de gaz (13 kg)
 - Transport d'une charge avec brouette
 - Transport d'une charge avec diable

Informations complémentaires

- Sanction de la formation : Attestation de présence, Certification de réalisation
- Modalités d'évaluation en aval : Quizz et / ou Fiche d'évaluation des compétences
- Modalités d'évaluation en amont : Quizz en fin de stage
- Nature de la formation : Acquisition de compétences
- Moyens de la formation : A distance via Teams et projection PPT

TARIF : 145€ NET DE TAXES

(Mis à jour le 01/06/2021)

Objectifs

- Connaître la législation sur le port manuel des charges
- Appréhender et prévenir les risques liés aux mauvais comportements physiques
- Maîtriser les principes de sécurité physique et d'économie d'efforts applicables aux différents postes de travail

Public et prérequis

Tout public concerné par la question des TMS (Troubles Musculo-Squelettiques)

Prérequis

Aucun prérequis nécessaire

Durée de formation

1 jour (7 heures)

Dates et lieux

Mulhouse, Strasbourg, Paris
Bâtiment conforme aux normes d'accessibilité



Voir planning sur notre site Internet

Intervenante

Nos formateurs sont issus du domaine de la sécurité

Contact

Tél : 03.89.53.97.77
contact@ktb-recrutement.fr

2
FORMATS POUR
NE RIEN MANQUER



Présentiel

OU



A distance