

# Formation à la Sécurité en manutention physique

## OBJECTIFS

- ⇒ Etre capable d'appliquer quelques principes simples, permettant de travailler en toute sécurité physique tout en diminuant la fatigue

## PRE-REQUIS

- ⇒ Aucun

## PROGRAMME

### THEORIE

#### LES ACCIDENTS DU TRAVAIL ET LES MALADIES PROFESSIONNELLES

- ⇒ Les statistiques nationales de l'AAA
- ⇒ Les accidents de transport manuel et de manipulation
- ⇒ Les maladies professionnelles

#### CONNAISSANCE DE L'ANATOMIE HUMAINE

- |                 |  |
|-----------------|--|
| ⇒ Le squelette  | ⇒ L'activité musculaire et articulaire |
| ⇒ Les fractures | ⇒ Les muscles                          |
| ⇒ Les ligaments | ⇒ Les lésions musculaires              |
| ⇒ Les entorses  | ⇒ Les tendons                          |
| ⇒ Les luxations | ⇒ Les lésions des tendons              |

#### LA COLONNE VERTEBRALE

- |  |   |
|--|---|
| ⇒ Composition                          | ⇒ Comportement du disque intervertébral dans les mouvements |
| ⇒ Le rôle de la colonne vertébrale     | ⇒ L'accident discal   |
| ⇒ La vertèbre                          | ⇒ Les facteurs aggravants                                   |
| ⇒ La moelle épinière                   | ⇒ Les formes d'accidents de la colonne vertébrale           |
| ⇒ Le disque intervertébral et son rôle |   |

#### L'AMENAGEMENT DES POSTES DE TRAVAIL & PREVENTION DES ACCIDENTS DE TRANSPORT ET DE MANIPULATION

#### FILM

### PRATIQUE

#### LES PRINCIPES DE SECURITE PHYSIQUE ET D'ECONOMIE D'EFFORT

#### EXERCICES PRATIQUES DE MANUTENTION DES CHARGES DIVERSES :

- ⇒ Avec poignée
- ⇒ Sans poignée
- ⇒ Diverses charges standard Stoll Safety
- ⇒ Diverses charges spécifiques à l'entreprise
- ⇒ Visite des différents lieux de travail

Personnel concerné  
Personnels destinés aux travaux de logistique et à la manutention manuelle

Durée et lieu de stage  
8 heures par personne dans votre établissement ou dans notre centre de formation

Nombre de participants  
Maximum 10