

### OBJECTIFS

- Améliorer les conditions de travail sur chaque poste,
- Connaître les principes de base de sécurité physique,
- Etre capable d'appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort.

### PUBLIC

Cette formation est destinée au personnel manutentionnaire. Elle a pour objet de promouvoir les bons gestes et les bonnes postures de façon à prévenir le mal de dos.

### CETTE FORMATION

- 1 jour, 500 € nets de taxes par participant<sup>1</sup>.
- Quand et où : Nous consulter.

### PRÉINSCRIPTION

Pour recevoir une offre et vous préinscrire<sup>2</sup>, adressez-nous vos coordonnées par mail à [formation@iddes.fr](mailto:formation@iddes.fr).

<sup>1</sup>) Hors frais de vie et de déplacement.

<sup>2</sup>) Cf. conditions générales.

### 1<sup>ère</sup> PARTIE : GESTES ET POSTURES

#### INTRODUCTION :

- Définitions et généralités ;
- Les principes du code travail ;
- Élimination des risques ;
- Évaluation des risques qui ne peuvent être évités ;
- Adaptation du travail à l'homme ;
- Remplacement de ce qui est dangereux par ce qui l'est moins.

#### MÉTHODE D'ANALYSE DES MANUTENTIONS MANUELLES

- Identification des matières et produits entrants et sortants ;
- Répartition par secteur d'activité de l'entreprise ;
- Schématisation du processus de transfert ;
- Détection des phases critiques.

### 2<sup>ème</sup> PARTIE : GESTES ET POSTURES

#### MÉTHODE D'ANALYSE DES MANUTENTIONS MANUELLES (SUITE)

- Détection des postes sources de problèmes :
  - Plaintes
  - Pénibilité
  - Accidents
  - Incidents
  - Repérage poste par poste
  - Tonnage par jour traité par l'opérateur
  - Indicateurs
  - Postures
  - Dimensionnement
  - Masse des charges et fréquences
  - Distance de transport des charges
  - Effort sur chariot
  - Forces à exercer
  - Autonomie

#### LES EXERCICES D'APPLICATION :

- Exercices réalisés par des mises en situations.

