

Manutention des charges lourdes

Mal au dos ... mal du siècle : les pathologies dorso-lombaires ne figurent pas seulement au hit-parade des maladies professionnelles les plus fréquentes, elles sont aussi une des causes les plus importantes de l'absentéisme ... Et pourtant, l'arrêté royal du 12 août 1993 relatif à la manutention manuelle de charges impose à l'employeur une série d'obligations en la matière, dont celle d'informer les travailleurs sur les risques qu'ils encourent et de les former aux mesures de prévention.

Objectifs

- Prévenir les lésions musculaires ou à la colonne vertébrale provoquées par une utilisation inappropriée de la "machine humaine"
- Réduire la charge de travail et la fatigue et contribuer ainsi à l'amélioration des conditions de travail

Programme

Théorie :

- Description du squelette, de la colonne vertébrale
- Relation entre charges, postures et contraintes
- Risques et conséquences de manoeuvres incorrectes
- Principes de base de la manutention manuelle

Pratique :

- Méthodes de manutention manuelle appropriées à la charge (courante ou spécifique)
- Exercices de base (caisse, barre de fer, fût, sac, seau, échelle...)
- Suivi et correction sur poste de travail

Durée : 1 jour

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

info@cefomepi.be