

Manutention des charges lourdes

Public concerné :

Personnel amené à transporter des charges lourdes de manière occasionnelle ou régulière
Personnel amené à transporter des charges plus légères de manière répétitive
Responsables d'atelier, responsables de chantier, responsables de magasin
Membres des SIPP et des CPPT

Pré-requis : Pas de contre-indication médicale au levage de charges

Objectifs :

Réduire la charge de travail, les efforts et la fatigue lors de la manutention manuelle de charges
Aider à l'amélioration des conditions de travail
Eviter au mieux les risques de lésions musculaires et squelettiques
Eviter au mieux les risques induits par le glissement ou la chute des charges manipulées

Qualifications : Au terme de la formation, remise d'une attestation de participation

Description du module :

(par groupe de maximum 10 personnes – 7 heures)

Module de formation élaboré par un docteur en ostéopathie, animation via PC et vidéo projecteur

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

info@cefomepi.be

Manutention des charges lourdes

Animation théorique et pratique portant sur :

- Le squelette, la colonne vertébrale : description, points forts et points faibles
- Les risques induits par la manutention manuelle des charges
- Les relations entre charges, positions, contraintes, efforts
- Les principes de base liés à la manutention manuelle des charges
- Les bons gestes, les bonnes postures
- La levée des charges lourdes ou encombrantes : exercices pratiques
(avec des caisses, des sacs, des seaux, des échelles, des planches, ...)
- Le déplacement avec des charges lourdes et encombrantes : exercices pratiques
(idem)
- La dépose des charges lourdes ou encombrantes : exercices pratiques (idem)
- La manutention manuelle d'une charge à plusieurs : règles particulières, exercices pratiques

Test de vérification des connaissances théoriques et corrigé : questionnaire QCM

POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS

info@cefomepi.be

Parc Qualitys
Business Centre La Lanterne
Rue Jean Burgers, 3
7850 Enghien

Téléphone : 02 398 18 13
Télécopie : 02 398 18 98
Messagerie : info@cefomepi.be