



MANUTENTION MANUELLE : PRÉVENTION DES RISQUES ET DES TMS

Durée

3.50 heures (0.5 jour)

Profils des apprenants

- Agents logistiques
- Préparateurs de commandes
- Magasiniers
- Agents de quai
- Opérateurs de production
- Agents de maintenance
- Manutentionnaires
- Toute personne amenée à effectuer des opérations de manutention manuelle dans le cadre de son activité professionnelle

Prérequis

- Aucun prérequis technique
- Être apte médicalement aux tâches de manutention liées au poste de travail.



Processus :

Recueil de besoin, validation prérequis, devis/convention, convocation. Pour toute inscription contacter notre service commercial sur contact@axio-protech.com. Délai d'accès: 3 semaines. Personnalisation via DUERP/consignes site.

Modalités d'accès aux personnes en situation de handicap :

Pour les personnes en situation de handicap, nous étudions les actions que nous pouvons mettre en place pour favoriser leur apprentissage à travers un questionnaire avant formation. Nous nous appuyons également sur un réseau de partenaires locaux.

Contact référent handicap: maud.hoffmann@axio-formation.com.

Qualité et indicateurs de résultats :

Taux de présence VS taux d'abandon, taux de satisfaction à chaud et à froid, taux de réussite à l'évaluation finale.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES.

- Identifier les principaux risques liés aux opérations de manutention manuelle.
- Comprendre les mécanismes des troubles musculosquelettiques et leurs conséquences.
- Repérer les situations de travail présentant des risques physiques.
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Adopter les gestes et postures adaptés aux différentes situations de manutention.
- Utiliser les aides simples à la manutention dans le respect des règles de sécurité.
- Réagir de manière adaptée face à une situation dangereuse ou une pratique à risque.

CONTENU DE LA FORMATION.



1. Le cadre général de la manutention manuelle

- Définition de la manutention manuelle.
- Les enjeux de la prévention des risques professionnels.
- Les statistiques des accidents du travail et des TMS liés aux manutentions.
- Les conséquences humaines, physiques et organisationnelles.
- Les obligations réglementaires de l'employeur et des salariés.
- Les principes généraux de prévention.
- Les recommandations INRS relatives à la manutention manuelle.

2. Comprendre les risques physiques liés aux manutentions

- Le fonctionnement du dos et des articulations.
- Les zones du corps les plus sollicitées lors des manutentions.
- Les mécanismes d'apparition des troubles musculosquelettiques.
- Les risques liés aux gestes répétitifs, aux mauvaises postures et aux efforts excessifs.
- Les risques liés à l'environnement de travail : espace restreint, encombrement, circulation, sols, obstacles.

3. Identifier les situations à risque

- Observer une situation de manutention.
- Identifier les facteurs aggravants (poids des charges, volume, déplacements...)
- Repérer les mauvaises pratiques sur un poste de travail.
- Identifier les situations pouvant provoquer un accident ou une douleur.
- Rechercher des solutions simples de prévention.

4. Adopter les bons gestes et postures

- Préparer une opération de manutention.
- Évaluer la charge et l'environnement avant manipulation.
- Utiliser les principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
- Adapter sa posture selon la situation rencontrée.
- Soulever une charge en sécurité.
- Porter une charge en limitant les contraintes physiques.
- Déposer une charge sans risque.
- Pousser et tirer une charge de manière adaptée.
- Travailler seul ou à plusieurs.
- Prévenir les efforts inutiles et les mouvements dangereux.

5. Utiliser les aides à la manutention

- Présentation des aides simples à la manutention.
- Intérêt des aides techniques dans la prévention des risques.
- Utilisation sécurisée des équipements d'aide : diables, chariots, transpalettes, tables élévatrices.
- Vérification de l'état et de la conformité du matériel.
- Choix du matériel adapté selon la situation.
- Respect des consignes de sécurité associées.

6. Mise en situation et validation des acquis

- Exercices pratiques de manutention.
- Application des gestes et postures.
- Analyse des pratiques professionnelles.
- Correction des mauvaises habitudes de travail.
- Études de cas et mises en situation.
- Identification des axes d'amélioration.



ÉQUIPE PÉDAGOGIQUE.

Notre équipe pédagogique maîtrise l'ensemble des sujets proposés à la formation. Nous construisons nos programmes en identifiant les besoins en compétences des futurs apprenants et en collaboration avec nos experts métiers.

Pour tout besoin lié à la pédagogie, notre référente est Maud :

maud.hoffmann@axio-formation.com

(également référente handicap)

Pour tout besoin d'ordre administratif ou logistique, notre référente est Emilie :

emilie.vannieuwenborg@axio-formation.com



Moyens pédagogiques et techniques

- **En présentiel** : - Accueil des participants dans une salle dédiée à la formation ou en entreprise - Documents supports de formation projetés - Analyse de photos, plans ou situations de travail ; - Exercices d'identification des risques ; - Etudes de cas concrets - Quizz et activités collectives en salle - Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- **En intra-entreprise**, les exemples et exercices peuvent être adaptés à l'environnement réel de l'entreprise : quais, zones d'attente, entrepôts, flux piétons/engins, organisation interne, protocole de sécurité et consignes spécifiques.

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles d'émargement.
- Autoévaluations de niveau en début et fin de formation.
- Exercices d'entraînement tout au long de la formation.
- Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid.
- Remise d'une attestation de complétion en fin de formation.
- Évaluation finale des acquis permettant de vérifier l'identification des risques liés à la manutention manuelle, l'adoption des gestes et postures adaptés ainsi que l'application des principes de prévention et de sécurité lors des opérations de manutention, réalisée le jour de la formation, en fin de session, comprenant : - Une étude de cas ou une mise en situation pratique de manutention.
- Cette formation ne permet pas la délivrance d'une autorisation spécifique, d'une habilitation ou d'une aptitude médicale au nom de l'employeur. L'organisme Axio PROTECH forme les participants et évalue leurs acquis dans un cadre pédagogique, notamment au moyen d'exercices, d'études de cas et de mises en situation simulées. L'employeur reste responsable de l'organisation du travail, de l'évaluation des risques et de l'application des procédures internes.

