


Programme de la formation

Manutention Manuelle des Charges (Méthode Paul DOTTE)

 En groupe sur site

 32 heures

 Tout public

 Sur devis

Description courte

Durée modulable selon vos besoins.

Profil des participants

Tout public

Prérequis

Aucun

Objectifs

- Acquérir des postures et gestes sécuritaires lors des manutentions manuelles de charges dans le cadre des activités professionnelles, mais aussi dans tous les gestes de la vie quotidienne.
- Prendre conscience des contraintes ergonomiques.
- Contribuer à la diminution des accidents de travail et arrêts dûs aux troubles musculo-squelettiques.

Contenu

Prise de contact : accueil, présentation de la session, recueil des attentes du groupe.

Travaux Pratiques :

- exercices d'Education Gestuelle Spécifique : transporter, soulever, déposer, charger / décharger à partir de différents plans ou supports (sol, support bas, support optimal, support haut).
- applications concrètes en salle.

Notions théoriques :

- principes de la Méthode (concept d'Ergomotricité),
 - justifications biomécaniques,
 - anatomie de la colonne vertébrale,
 - principes de sécurité physique et d'économie d'effort.
-

Synthèse et évaluation.

Pédagogie et organisation

Méthode

Formation Présentielle.

Méthodes interactives.

Échanges et partages d'expériences suivis d'apports théoriques.

Analyse des pratiques : ateliers de cas concrets et jeux de rôle.

Documentation

Ouvrage Méthode de Manutention

Manuelle des Charges.

Le plus

Ouvrage

Méthode

Manutention

Manuelle des Charges

Intervenant

Formateur homologué SIFAM, professionnel de santé.

Possibilité de déroulement de type formation / action

Apprentissage en salle et mise en application directement en service.
