

FORMATION AUX GESTES ET POSTURES

METIERS DE MANUTENTION ET/OU COMPORTANT DES GESTES REPETITIFS

Les objectifs de la formation

- × Répondre à l'obligation de formation créée par l'art. R4541-8 du code du travail
- × Diminuer les accidents du travail au cours des manutentions de charges, manipulations d'objets et gestes répétitifs

Les objectifs pédagogiques

Savoirs

- × Connaître les risques du métier et l'intérêt de la prévention
- × Prendre conscience des limites du corps humain

Compétences

- × Mettre en œuvre les Principes de Sécurité Physique et d'Économies d'Efforts
- × Maîtriser les techniques d'élan, d'appui et de poussée
- × Utiliser les aides techniques mises à sa disposition
- × Réfléchir à son organisation individuelle
- × Analyser une situation de travail « problématique » et proposer des améliorations
- × Remonter l'information pertinente

Savoir-être

Comprendre qu'il existe plusieurs manières d'obtenir un résultat et choisir la plus sûre

La durée

- × 2 jours (14 heures)
- × Environ 20 mn avant la formation consacrées à la réponse à un questionnaire + la réalisation d'un travail préalable

Les participants

- × Aucun prérequis
- × Public : Tous professionnels exerçant des manutentions de charges

Tarifs

- × Selon devis présenté

Délai d'accès

- × Variable entre 10 et 21 jours pour la mise en place d'une session

Contrôle du suivi

Les stagiaires émargent une Feuille de présence par demi-journée de formation, pour justifier de leur participation.

Le formateur signe également ces feuilles de présence ; à la fin de la session, il élabore également un compte-rendu de formation.

Les outils pédagogiques

Les documents à fournir par l'employeur :

(Lorsque celui-ci dispose de ces informations et documents)

- ✗ S'il en dispose, le taux de fréquence et le taux de gravité des accidents de travail au cours des 3 dernières années (à défaut ce sont les statistiques de la Cnam TS qui sont présentées)
- ✗ S'il en dispose, une liste anonymisée des accidents de travail ayant eu lieu au cours de l'année précédente et de l'année en cours avec indication des circonstances de l'accident (il s'agit que les apprenants soient à même de distinguer les accidents du travail relatifs à l'activité physique des autres accidents – à défaut ce sont les statistiques Cnam TS d'une activité -code NAF- proche du métier des stagiaires qui sont présentées)
- ✗ Le document unique (il s'agit pour les apprenants de mesurer la priorité affectée aux risques physiques dans l'évaluation a priori et de comprendre le principe de l'évaluation : ce sont les risques prioritaires qui sont prévenus = les propositions formulées vis-à-vis d'un risque particulier ne sont pas obligatoirement mises en œuvre lorsque le risque n'est pas prioritaire)
- ✗ S'il en existe un exemplaire d'une fiche de « signalement de fait indésirable » ou un autre support pouvant être utilisé pour remonter l'information.

NB : L'intervenant est soumis à une obligation de confidentialité

Les documents à fournir par chacun des stagiaires

- ✗ Des photos d'aides à la manutention qu'il peut utiliser dans le cadre de son travail
- ✗ Des photos (de préférence) ou film de l'une de ses situations de travail qu'il juge contraignante ou dangereuse
+ des informations sur les éléments qui rendent cette situation de travail particulière : poids des charges manutentionnées, distances parcourues, dimensionnements des éléments, délais et fréquence, etc.

NB : Ces photos seront vidéos projetés. Les mettre sur une clé usb ou amener le câble de son téléphone pour faciliter leur transfert sur l'ordinateur ou encore les envoyer par mail à jplusformation@hotmail.com en précisant son nom, son prénom et la date de la formation.

Les objets à manutentionner fournis par l'employeur dans le cadre des formations ayant lieu dans ses locaux

- ✗ Les objets particuliers faisant l'objet de manutentions dans la structure. Il n'est pas indispensable que ceux-ci soient présents dans la salle de formation ou à proximité : le groupe en formation peut se déplacer si cela ne génère pas de problème de sécurité. Mais ils doivent être accessibles .

Les éléments fournis par l'organisme de formation pour les exercices de manutention

- ✗ Caisse avec poignée, Carton sans poignées, Bidon avec poignée, Échelle, Sac d'engrais, de pellets ou de sel (absence d'angles), Seaux

Les autres outils pédagogiques :

- ✗ Cours, PowerPoint, vidéoprojecteur

- ✗ Films INRS NAPO « Un petit pas vers la prévention », films INRS « Gestes et Postures » et « Gestes et postures au quotidien », « Vues de dos »
- ✗ Extraits du CD du formateur PRAP
- ✗ Logiciel MINDNOTE pour faire des cartes mentales. Application SOCRATIVE pour gérer les questionnaires auxquels il est répondu avec son smartphone.

Les méthodes pédagogiques **DOMINANTE PRATICO PRATIQUES**

- ✗ Exposés et discussions
- ✗ Séance d'éveil musculaire
- ✗ Exercices en sous-groupes
- ✗ Démonstration de bonnes pratiques et nombreux entraînements et mises en situation

Les différentes mises en situation : les techniques et les méthodes, exemples :

Déplacements naturels de la personne
 Accompagnement à la marche
 Prévention des chutes
 Retournements, rehaussement, dans le lit, dans le fauteuil
 Les transports : en fauteuil roulant, lit - brancard ou vice versa,
 Les transferts lit - fauteuil et vice versa
 Le lever et le coucher du malade
 Rehaussement et abaissement sur fauteuil
 Déplacements dans le lit : remonter la personne, la centrer, lui mettre le bassin, la laver
 Rehaussement et abaissement dans le lit
 Relever de la personne au sol : avec et sans matériel
 L'installation pour les repas...
 ET AVEC une utilisation optimale du matériel d'aide à la manutention existant

- ✗ Expérimentations de techniques de portage répondant aux PSPEE
- ✗ Analyse en équipe de situations de travail avec la grille :

1. Quelles sont mes sollicitations ?	2. Qu'est-ce que je risque ?	3. Quelles sont les causes des sollicitations ?	4. Quelles sont mes propositions d'amélioration ?
--------------------------------------	------------------------------	---	---

- ✗ Exposés des apprenants.

Evaluations

- Durant la session une évaluation des acquis est réalisée par le formateur.
- En fin de session, une évaluation à chaud est réalisée par les stagiaires (fiche à compléter) : elle concerne principalement le déroulement et le contenu de l'action de formation, ainsi que le degré de satisfaction à l'issue de cette action.
- Après retour des participants sur leur poste de travail et après mise en pratique des acquis, une évaluation à froid sera réalisée par le client commanditaire du projet.

Accessibilités : La formation est accessible aux personnes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques. La mise en place d'un accompagnement est proposée afin que la formation se déroule dans les meilleures conditions : notre REFERENTE HANDICAP Joëlle Gruelles est chargée d'organiser leur accueil, et reste à leur disposition au 07 78 39 84 28 ou jplusformation@hotmail.com.