



Kiné Ouest Prévention

1 Allée du Puits Julien - BP 112 - 22590 PORDIC

Tel : 02.96.58.09.02. - Fax : 02.96.58.09.03.

E-mail : kine.ouest.prevention@wanadoo.fr

Fiche Formation 1

Formation « Manutention des charges »

Contexte :

- 1/3 des accidents de travail est dû à des manutentions (250 000 accidents pour l'année 2000 ayant entraîné 9,5 millions journées d'IT),
- Les 2/3 des maladies professionnelles concernent des affections de l'appareil locomoteur, soit environ 10 000 maladies déclarées pour l'année 2000 ayant entraîné 1,5 millions de journées d'IT. Ces maladies sont regroupées dans les tableaux 97-98 (lombalgies) et 57 (affections périarticulaires),
- Le Décret du 3 septembre 1992 fait obligation aux employeurs de former les opérateurs effectuant régulièrement des manutentions,
- Les recommandations les plus récentes sur la prévention des lombalgies et des TMS en entreprise insistent sur la complémentarité entre l'amélioration des conditions de travail (aménagement des postes, organisation ...) et une formation des opérateurs adaptée aux contraintes posturogestuelles et aux capacités de chacun.

Objectifs :

- Permettre aux participants d'effectuer dans les meilleures conditions d'efficacité de confort et de sécurité, les manutentions de charges requises dans leur emploi.
- Diminuer, à terme, chez les participants, la fréquence et la gravité des maladies professionnelles et des accidents du travail liés aux manutentions de charges.
- Participer à la démarche d'amélioration des conditions de travail, dans les unités concernées.

Entreprises concernées : toutes les entreprises des secteurs Production, Distribution, Transport, Bâtiment et Travaux Publics.

Public Ciblé : groupes de 8 à 12 opérateurs effectuant régulièrement des manutentions de charges.

Durée : 12 h de formation par groupe (2x6h ou 3x4h ou 4x3h), précédée d'une visite préparatoire et suivie, le cas échéant, d'une application individualisée au poste de travail (ces 2 dernières interventions se font sur le temps de travail).

Programme :

- 1- **Visite et étude préparatoire :** Visite des locaux - Observation des postes et des modes opératoires - Prises de vues - Entretiens et questionnaires d'évaluation des contraintes avec les opérateurs, la maîtrise, l'encadrement, le médecin du travail, le responsable sécurité.

2- Formation en groupe (selon la durée)

Théorie

- Évaluation des pré requis, des représentations, des antécédents, du vécu.
- Description et fonctionnement de la colonne vertébrale,
- Notions sur les lombalgies,
- Réglementation et consignes de sécurité concernant les manutentions de charges,

Pratique

- Tests de capacités physiques et de savoir-faire posturogestuels,
- Éducation gestuelle spécifique à la sécurité et au confort des manutentions,
- Gymnastique d'entretien (mouvements d'échauffement, d'étirements, de détente et de récupération),
- Atelier manutention des charges,
- Application en groupe aux postes de travail,
- Visites des postes et recherche d'amélioration.

3- Evaluation : Questionnaire et mise en situation pratique en fin de formation.

Intervenant : Un Kinésithérapeute, formateur consultant en santé au travail.

Méthodes pédagogiques :

- Pour l'acquisition de connaissances : échanges interactifs autour des supports pédagogiques et des séquences vidéo réalisées pendant la visite préparatoire, de la correction des tests et questionnaires.
- Pour l'acquisition des savoir-faire : pratique sur site autour de situations concrètes demandées par les participants, en 4 étapes (réflexion - proposition - réalisation - corrections et adaptations).

Supports pédagogiques utilisés par l'intervenant :

- Diaporama « Manutentions des charges »
- Séquences vidéo réalisées sur site.
- Squelette - unité fonctionnelle vertébrale.

Supports pédagogiques remis aux participants :

- Une fiche bilan individuelle
- Un livret « Manutention des charges »

Moyens logistiques à prévoir :

- Une salle de 40 m² minimum - table et chaises amovibles (pour la pratique).
- Un vidéo projecteur - un écran (ou un mur clair) - un paper board.
- Accès aux postes de travail pour l'application pratique