



Formation Continue

☎ 04 94 58 58 22

@ formationcontinue@ifpvps.fr

💻 <https://www.ifpvps.fr/formation>

Espace André
401 B chemin des Plantades
83130 LA GARDE



N° de déclaration d'activité **93.83.04918.83** (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)

Public

Tout personnel confronté au port de charges dans le cadre de son travail : services technique, service d'entretien, restauration, logistique, pharmacie ...

Durée : **7 heures**

Port de charge et protection du dos

Le port de charges, lorsqu'il n'est pas correctement effectué, comporte des risques pour la personne : accidents musculo-squelettiques, douleurs dorsolombaires, fatigue, perte d'efficacité...

Pour être efficace, sécurisant et confortable le port de charges doit s'appuyer sur de solides bases théoriques sur la mécanique et l'économie rachidienne ainsi que sur une maîtrise des techniques posturales et gestuelles.



OBJECTIFS

- Acquérir les principes ergonomiques
- Acquérir les techniques de manutention des charges
- Prévenir les lombalgies



CONTENUS

- Analyse des pratiques et des besoins de formations.
- Le cadre légal concernant le port des charges et la manutention
- Les bases théoriques et anatomiques, physiologiques et biomécaniques du rachis
- Les conséquences biomécaniques du port des charges sur le rachis
- Les différentes pathologies professionnelles du rachis
- Les notions fondamentales de bonne attitude et bonne posture au travail
- Techniques de manutention : charger, décharger, soulever, transporter sur différents plans et dans le respect des bonnes postures.



METHODES

- Apport théorique, démonstrations et travaux pratiques encadrés



DISPOSITIF D'EVALUATION

- Au début de la formation : évaluation des attentes des participants (tour de table).
- En fin de formation : évaluation de la satisfaction des participants.
- Une attestation de formation est remise à chaque stagiaire.



INTERVENANTS

Pierre BORRAS, ergothérapeute