

## CONCERNE

Toute personne exposée aux risques liés aux activités physiques.

## PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire.

## OBJECTIFS

- Repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à la santé, d'entraîner des efforts excessifs.
- Identifier les déterminants des gestes et postures et les risques encourus.
- Proposer à l'encadrement toute idée d'amélioration.
- Participer à l'amélioration des situations de travail et à la mise en œuvre des principes de prévention.
- Appliquer les principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts pertinents en fonction de la situation de travail.
- Être acteur de sa propre prévention et force de proposition.

## DURÉE

2 jours

## SANCTION

Attestation de compétences

## PÉDAGOGIE

Films vidéo INRS, mannequin, caméscope.

Document INRS (méthode d'analyse des postes de travail), divers charges si nécessaire.

## LIEU

EN ENTREPRISE

## CONTENU DÉTAILLÉ

### **Présentation des objectifs du programme**

La prévention en France, les différentes instances.

Les principes généraux de prévention.

### **L'accident du travail et la maladie professionnelle (définitions, coûts)**

Statistiques CNAMTS/Entreprise.

Notion de danger et risque, situation dangereuse.

### **Notion d'anatomie (mécanique humaine), de physiologie et de pathologie (TMS)**

Les risques liés aux manutentions manuelles et gestes répétés, les facteurs de risque.

### **L'homme et le poste de travail**

Qu'est-ce qu'une situation de travail ?

L'observation et l'analyse d'une situation de travail.

Les déterminants.

Principe d'aménagement dimensionnel des postes de travail.

### **Application des méthodes d'analyse et étude de cas sur le terrain (poste de travail réel)**

Restitution en salle, rédaction.

Proposition de piste d'amélioration - retour à la hiérarchie.

Établissement d'un plan d'actions.

### **Principe de base de sécurité physique et d'économie d'effort pour les activités occasionnelles**

Application sur différents objets standards ou de l'entreprise (prises de vues au caméscope des positions de chacun).

*Formation réalisée en partenariat avec TFC N° agrément 1490595/2020-PRAP-IBC-01/0/06.*