

ATELIER GESTES ET POSTURES MANUTENTION

Manutention et mauvaises postures : l'épidémie des temps modernes

Les manutentions manuelles figurent chaque année parmi les principales causes d'accidents du travail et des maladies professionnelles :

- 1 accident sur 3
- 3/4 des accidents musculo-squelettiques

L'accent est mis sur les **règles incontournables de la manutention** ainsi que sur tous les **cas particuliers** : attraper une charge sans poignées, mettre une charge en hauteur, pivoter.

Contenu :

- Bases anatomiques pour comprendre l'origine des douleurs
- Règles de base de manutention
- Influence des postures sur les douleurs au travail
- Découvrir les gestes à éviter sources de conflit pour les articulations.



Distribution de flyers sur les principes de sécurité physique et d'économie d'effort lors de manutentions (Autres supports sur demande de devis)



Mises en situation impliquant les participants.

A tour de rôle, ils manipulent diverses charges pendant que les autres analysent, cherchent les erreurs commises et proposent une correction.

Matériel : charges diverses et **gilet pédagogique**.



Supports images et vidéos.

(en fonction de la durée)



Durée : 30 min à 1h30 par atelier
12 participants maximum conseillé