



**ACM FSI FORMATIONS**  
8 rue du marché  
32260 Seissan  
05 62 65 78 64  
[contact@acm-fsi-formations.fr](mailto:contact@acm-fsi-formations.fr)



**Qualiopi**  
processus certifié  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE  
La certification qualité a été délivrée au  
titre de la catégorie d'action suivante :  
- Actions de formation

Consultez notre site !

## PREVENTION DES MANUTENTIONS MANUELLES

Public : tout public, pas de prérequis\*  
\*ne pas avoir de contre indication médicale au port de charge

Durée : de 4 à 7 heures suivant le domaine  
d'application.

Session intra/inter de 4 à 10 personnes

### **Objectifs :**

Connaître les gestes et les postures à respecter lors de toute activité -  
physique et permettre :

- d'analyser les risques de ses postes de travail, puis d'adapter son -  
comportement.
- d'évaluer et analyser les risques liés aux manutentions manuelles.
- de repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à sa  
santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs.
- d'identifier et caractériser les risques physiques en utilisant les -  
connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain.
- d'appliquer les règles pour acquérir une technique et une capacité à -  
manutentionner.

### **PROGRAMME :**

\*Risques et accidents de manutention

\*Aspect réglementaire

\*Notions d'anatomie et physiologie  
appliquée

\*Les lésions et les conséquences

\*Principes d'économie d'effort

\*Les différentes positions du corps pour  
une  
manutention efficace et sécuritaire

\*Organisation du poste de travail

Matériel pédagogique : objets et charges  
diverses, avec ou sans prises, matériels de  
tous les jours.

Méthode pédagogique : heuristique et  
démonstrative, études de cas, mises en  
situation.

Evaluation : formative au cours de la  
session, attestation de présence, remise  
d'un support en format livret en fin de  
session.