



FORMATION

Manutention manuelle de charges et charge posturale

Avantages

- ✓ Apprendre aux collaborateurs à reconnaître, à limiter ou à endiguer les risques.

Objectif

- Connaître les techniques classiques de levage.
- Apprendre des techniques de levage applicables, adaptées aux conditions de travail et, ce faisant, être en mesure d'appliquer des méthodes de travail impliquant une charge minimale afin d'éviter des problèmes.
- Comprendre l'importance de la charge posturale, combinée ou non à la manutention manuelle de charges.

Méthode d'exécution

- Au sein de l'entreprise.
- 10-12 personnes (maximum 15) par formation.
- Durée : une demi-journée ; séance de formation de 2 heures dans le local, le reste du temps 'on the job'.
- La première partie théorique sera donnée dans un local calme et porte sur l'apprentissage :
 - de l'anatomie de la colonne vertébrale ;
 - des risques de maux dans le bas du dos dus à la manipulation de charges et à de mauvaises positions ;
 - des positions de base appropriées permettant de soulager le dos ;
 - des exemples de techniques de levage classiques.

Cette partie sera basée sur une présentation PowerPoint et sera donnée de façon interactive.

- La deuxième partie, axée sur la pratique, sera, si possible, organisée 'on the job' :
 - les collaborateurs seront observés durant l'exécution de leurs tâches courantes. Conjointement avec eux, nous rechercherons les positions et mouvements de levage les plus appropriés ;
 - tous les participants seront corrigés individuellement.
- En cas de formation de plusieurs groupes (≥ 4), si cela est souhaité, des photos de l'entreprise seront intégrées dans la présentation PowerPoint qui sera utilisée durant les sessions de formation.
- La méthode d'exécution convenue sera stipulée dans une offre. Il peut en résulter une offre type ou une offre sur mesure.

Résultat

- Les collaborateurs peuvent appliquer les techniques enseignées à leur situation de travail.
- Le risque de levage incorrect peut être limité ou évité.
- A terme, le nombre de plaintes (au niveau du dos) associées au travail diminuera.

Cadre légal

- KB du 12/8/93 concernant la manutention manuelle de charges.
- Loi du 04/08/96 relative au bien-être des collaborateurs lors de l'exécution de leur travail (M.B. 18.9.1996).
- AR du 28/03/98 relatif à la politique du bien-être.