



### Q NATURE DE LA FORMATION

Action, entretien et renfort de compétences.

### ⌚ DURÉE

1 jour - 7 heures de formation en présentiel.

### ☰ PRÉ-REQUIS

Aucun.

### 👤 PUBLIC VISÉ

Personne exerçant des manutentions manuelles de charges dans son travail.

### 👥 NB DE PARTICIPANTS

De 4 à 10 stagiaires max.

### 📖 MOYENS PÉDAGOGIQUES

Retours et partage d'expériences, mise en situation collective et individuelle, vidéo et support de cours.

### ⚙️ MOYENS TECHNIQUES

Vidéoprojecteur, matériels pour cas concret, outils pédagogiques pour les exercices de groupes.

### 🎓 ANIMATEUR (TRICE)

Formateur(trice) certifié(e) PRAP

### 📄 MODALITÉS D'ÉVALUATIONS

Remise d'un certificat de réalisation.

### 📍 LIEU

Intra-entreprise.

### 💰 TARIFS

750€ (TVA non applicable) par journée de formation.

### 👉 ACCESSIBILITÉ

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.



## Objectifs

- **Connaître** les conséquences de l'activité professionnelle sur son corps humain.
- **Savoir** en tirer les conséquences pour adopter les bons gestes.



## Programme

1. L'intérêt de la prévention en entreprise.
2. Anatomie, physiologie et pathologies.
3. Les conséquences sur le corps humain.
4. Les TMS : les causes possibles.
5. Les 6 principes de sécurité physiques et d'économie d'effort.
6. Phases applicatives au poste de travail.
7. Les aides techniques à la manutention des charges.



## Informations diverses

Formation essentiellement à caractère pratique, qui répond aux obligations réglementaires de l'employeur sur la formation des collaborateurs aux ports de charges (ART. 4541-8 code du travail).

Formation adaptable à toutes les situations de travail en entreprise.

**formarisk**PRO

✉ formariskpro@gmail.com  
☎ 06 38 65 84 60  
📍 9, avenue du Pas de Saint-George  
86370 Château-Larcher

[www.formariskpro.com](http://www.formariskpro.com)

