

## Objectifs de formation

A l'issue de la formation, l'apprenant doit être capable de :

- Identifier et analyser les risques liés à l'activité physique dans son entreprise,
- Effectuer les gestes et manipulations adéquats nécessaire à l'exercice de l'activité.

## Programme

### Partie théorique

1/ La réglementation et la prévention : cadre réglementaire • les obligations de l'employeur • les principaux généraux de prévention • organismes et instances de prévention.

2/ Les risques liés à l'activité physique : les principaux indicateurs de santé au travail • notion d'anatomie • les risques d'atteintes de l'appareil locomoteur • les facteurs de risques.

3/ Les consignes de sécurité gestuelles : les principes de sécurité physique • les principes d'économie d'effort.

### Partie pratique

Echauffement - Etude des postes de travail - mise en place d'exercices spécifiques aux postes de travail concernés.

## Méthodes mobilisées – Modalités d'évaluation

Méthode active s'appuyant sur des expériences vécues, mise en situation des participants afin de les entraîner aux différentes postures.

Attestation de formation remise à l'entreprise à l'issue du stage.

V-03-2022

BTP Compétences est un organisme de formation certifié QUALIOPI.

## Modalités pratiques

### Intervenant

Franck ESTEVA

### Public concerné

Toutes les personnes amenées à manipuler, à manutentionner des charges au sein de leur entreprise.

### Prérequis

Ne pas avoir de contre-indication médicale au port de charges.

### Durée

1 jour - 7 heures

### Horaires

8 h 30 – 17 h 30

### Lieu

Maison du Bâtiment  
3 allée du Bâtiment - RENNES

### Tarif adhérent FFB

195 € nets de taxe / pers.

### Equipement à apporter

Chaussures de sécurité

### Effectif par session

8 participants maximum

