

- Objectifs :**
- Etudier et appliquer les principes d’ergonomie liés au port de charge
 - Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles
 - Le salarié devient acteur de sa santé et sa sécurité. Il est capable de proposer de manière concertée, des améliorations techniques et organisationnelles sur lesquelles il a possibilité d’agir

<p>Personnel visé :</p> <p>Tous les salariés, opérateurs et agents des secteurs de l’industrie, du commerce et du BTP.</p> <p>Prérequis : Aucun</p>	<p>Moyens pédagogiques :</p> <ul style="list-style-type: none">• Utilisation de matériel• Présentation Powerpoint,• Support pédagogique.
---	---

PROGRAMME

<p>Etudier et appliquer les principes d’ergonomie liée au port de charge</p> <ul style="list-style-type: none">• Les limites du corps humain :<ul style="list-style-type: none">○ Anatomie,○ Physiologie,○ Pathologie• Les atteintes de l’appareil locomoteur et ses conséquences• Les facteurs de risques aggravants• Connaître les risques liés à son secteur d’activité• Repérer les facteurs de chutes, d’accidents de manutention et de TMS• Prendre en compte ses contraintes physiques, mentales	<p>Adapter et optimiser ses pratiques professionnelles</p> <ul style="list-style-type: none">• Adopter les principes de sécurité et d’économie d’effort• Adopter des manutentions protectrices et adaptées à son métier• Utiliser efficacement les aides techniques de prévention
---	--