

# Manutention des charges lourdes

## Contexte

---

\*La prévention des risques liés à la manutention des charges lourdes en établissement de santé, social et médico social constitue aujourd'hui un enjeu majeur. Par manutention il faut entendre toute opération de transport ou de soutien d'une charge, dont le levage, la pose, la poussée, la traction, le port ou le déplacement exige l'effort physique d'un ou plusieurs agents.

La réglementation actuelle s'inscrit dans la démarche globale de prévention mise en place par la loi du 31 décembre 1991 relative à la prévention des risques professionnels. L'article L 4121-1 du code du travail impose ainsi à l'employeur de prendre les mesures nécessaires pour assurer la sécurité et protéger la santé mentale et physique des travailleurs.

Tous secteurs confondus, les manutentions manuelles figurent chaque année parmi les principales causes d'accidents du travail et de maladies professionnelles (3/4 des troubles musculo-squelettiques). Les accidents et les problèmes de santé peuvent être évités en éliminant ou du moins en réduisant les risques de manutention manuelle de charges.\*

## Objectifs

---

\*\*.- Informer sur les risques de la manutention

- Etre capable de mobiliser des charges en utilisant des méthodes et des moyens adaptés.
- Adapter ses gestes et postures à sa propre situation de travail pour éviter les gestes inutiles et dangereux
- Pouvoir suggérer des améliorations de son espace de travail\*\*

## Renseignements complémentaires

---

Contact : Fatima SARAIVA (f.saraiva@anfh.fr)

## Programme

---

### Les fondamentaux de la législation

### Les risques professionnels

- La prévention des risques
- Le fonctionnement du corps humain
- Les principaux troubles musculo-squelettiques rencontrés

- Les règles de sécurité et d'économie d'effort
- Les situations à risques

### **Pratiques professionnelles : la manutention des charges**

- Application gestuelle des principes de sécurité
- Education gestuelle spécifique
- Exercices pratiques d'application
- Exercice d'étirement et de préparation à l'effort

### **Ergonomie au poste de travail**

- Les déterminants d'une situation de travail
- Les principaux facteurs de risque

### **Pratique professionnelle : préserver et entretenir son capital santé**

Evaluation des acquis et évaluation de la formation

#### **Public**

**Tout agent des services techniques et logistiques, amené à déplacer des charges lourdes dans le cadre de ses missions au sein des établissements sanitaires, sociaux et médico-sociaux publics.**

#### **Exercice**

**2023**

#### **Code de formation**

**TLIR08**

#### **Nature**

**AFR**

#### **Organisé par**

**PERFORMANCE**

#### **Durée**

**14 heures**

#### **Typologie**

**Formation continue ou Développement des connaissances et des compétences**

#### **Date et lieu**

**GROUPE 1**

**Du 19 octobre au 20 octobre 2023**

**ANFH Ramonville Saint Agne 31520**