



## Levé - Porté

### PUBLIC

Toute personne manipulant occasionnellement des charges de poids limité, dans le cadre de son travail sans être manutentionnaire spécialisé.

### PRE REQUIS

Pas de pré requis.

### DUREE

1 jour,  
7 heures.

### NOMBRE MAXIMUM DE PARTICIPANTS

10 participants.

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Définir ce qu'est une manutention manuelle et quels en sont les risques induits.
- Repérer les situations de risques liées aux manutentions manuelles.
- Adopter les bonnes postures pour chaque situation de manutention.

### CONTENU

- La manutention manuelle, risques, facteurs de risque et base de prévention
- La réglementation en vigueur
- Les postures adaptées aux diverses situations de manutention manuelle
- Mises en situation pratiques évaluées

### MOYENS

- **Pédagogiques** : Apports théoriques en salle et **mises en situation pratique adaptées au besoin des stagiaires.**
- **Techniques** :
  - Salle de formation équipée permettant les manipulations de prises de charges diverses ou de déplacements de charges.
  - Matériel adapté aux exercices pratiques (Par exemple : sceaux, cartons de différentes tailles avec des indications de poids différents, sacs de différentes tailles avec des indications de poids différents, échelle, fûts, caisses, tuyaux de différentes longueurs, table roulante, transpalette, chariot...). Remise d'un dossier stagiaire.
- **D 'encadrement** : Formateur habilité par TRIHOM.

**EVALUATION** : Evaluation sommative aux cours des exercices pratiques.

**VALIDATION** : Délivrance d'une Attestation de Fin de Formation.