

## MANUTENTION MANUELLE DES CHARGES

### INTRODUCTION

Les statistiques démontrent qu'un travailleur sur quatre développera, au cours de sa carrière, des troubles musculosquelettiques (TMS) reliés à une mauvaise manutention manuelle des charges. Puisque les tâches qui exigent une manutention manuelle sont présentes dans la plupart des environnements de travail, il est essentiel de pouvoir reconnaître les risques, de les identifier et de planifier une manutention sécuritaire. Au terme de cette formation, les participants seront en mesure d'appliquer des techniques de manutention adéquate selon la tâche à effectuer et de choisir les équipements appropriés afin de réduire les efforts et la fatigue.

### OBJECTIFS SPÉCIFIQUES

- Connaître les lois et les règlements applicables à la manutention manuelle des charges.
- Comprendre l'ensemble des risques liés à la manutention manuelle des charges.
- Être en mesure d'évaluer les risques, d'identifier et de planifier une manutention sécuritaire.
- Connaître les techniques de base pour effectuer une manutention manuelle des charges de façon sécuritaire.

### CONTENU DE LA FORMATION

- Introduction à la manutention manuelle des charges
- Statistiques d'accident et types de blessure
- Responsabilités et obligations légales des employeurs et des travailleurs;
- Situations de travail et facteurs de risque
- Les notions de sécurité
- Exemples de manutention manuelle
- Questionnaire d'évaluation des connaissances.

### NOMBRE DE PARTICIPANTS

- Un maximum de 20 participants est demandé.

### MATÉRIEL FOURNI

- Le matériel didactique.
- La présentation visuelle.
- Une attestation de formation pour chaque participant.

### DURÉE

- 2 h 00

### INSCRIPTION

formation@gestess.com  
T. 1 888 307-8394, poste 60

GESTESS est un organisme formateur  
agréé par la Commission des Partenaires  
du marché du travail (CPMT).

