



# PREVENTION DES RISQUES LIES AUX MANUTENTIONS MANUELLES

**PREVENTION DES TMS**

FORMATION E-LEARNING



Nathalie VAN CELST  
AMN CONSEIL ET FORMATION



**FORMATION**  
**PREVENTION DES RISQUES LIES AUX MANUTENTIONS MANUELLES**  
**(e-learning)**

*(Durée : de 2 à 5 heures)*

**Public**

Toute personne dont le travail implique la manutention de charges, l'exécution de gestes précis ou répétitifs, les postures à risques.

**Prérequis**

Aucun

**Informations liées à l'inscription**

- Une fois inscrit, vous recevrez par mail un lien privé vers notre plateforme de formation en ligne pour accéder à votre espace personnel.
- Vous visionnez les vidéos, lisez les documents et répondez aux quiz de notre formation hygiène alimentaire en ligne selon vos disponibilités.
- Vous posez toutes vos questions à notre formateur dédié.
- Vous validez par étape l'avancée de votre formation à distance en répondant à des QCM et finalisez votre formation en répondant à un quizz final.
- Vous recevez votre attestation par mail.

**Objectifs**

Informé sur les gestes et les postures à respecter lors de toute activité physique et permettre :

- D'analyser les risques de ses postes de travail, puis d'adapter son comportement
- D'évaluer et analyser les risques liés aux manutentions manuelles
- De repérer dans son travail les situations susceptibles de nuire à sa santé ou d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs
- D'identifier et caractériser les risques physiques en utilisant les connaissances anatomiques et physiologiques sur le corps humain
- D'appliquer les règles pour acquérir une technique et une capacité à manutentionner

**Contenu**

Ce parcours est établi sur la base de la prévention des risques de troubles musculo-squelettiques (TMS).



V1 – 07.2023

### **Méthodes et outils**

La formation alterne exposés théoriques, vidéos, quiz

### **Mode de validation**

Évaluation formative tout au long de la formation par quiz.

A l'issue de la formation, nous délivrons au participant une attestation de formation.

### **Modalités de la formation**

Formation en e-learning

Durée d'un mois à partir de la 1<sup>ère</sup> connexion pour effectuer le parcours

### **Intervenant**

L'encadrement de la formation est assuré par un formateur PRAP certifié INRS

---

**AMN Conseil et Formation**

**19 rue Copernic - 13200 ARLES**

N°SIRET : 879 741 387 00028 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° : 93 13 18 129 13 auprès de la DIRECCTE PACA

Enregistrée DPC sous le N° : 99BB

04.90.43.96.88 - [www.amn-conseil-formation.fr](http://www.amn-conseil-formation.fr)



**PROGRAMME DE FORMATION**

**Préambule**

**Statistiques des Maladies Professionnelles**

Quiz 1 - Statistiques des Maladies Professionnelles

**Dispositions réglementaires**

Quiz 2 - Dispositions réglementaires

**Les partenaires de la prévention et leur rôle**

Quiz 3 - Les partenaires de la prévention et leur rôle

**Les droits, obligations et responsabilités**

**Les risques et leurs conséquences**

Quiz 4 - Les risques et leurs conséquences

**Les risques et sanctions liés à la prise de substances**

**Processus menant à l'AT et à la Maladie Professionnelle**

Quiz 5 - Processus menant à l'AT et à la maladie professionnelle

**Que faire en cas d'accident ?**

Quiz 6 - Que faire en cas d'accident ?

**Anatomie et pathologies associées**

Quiz 7 - Anatomie et pathologies associées

**Les lombalgies**

Quiz 8 - Les lombalgies

**Les Troubles Musculo-Squelettiques**

Quiz 9 - Les troubles musculo-squelettiques

**Principes ergonomiques de base sur postes de travail**

Quiz 10 - Principes ergonomiques de base sur postes de travail

**Les Équipements de Protection Individuelle**

Quiz 11 - Les EPI

**Soulever et transporter correctement des charges**

Quiz 12 - Soulever et transporter correctement des charges

**Les gestes de la vie quotidienne**

Quiz 13 - Les gestes de la vie quotidienne

**QUIZ FINAL**

**Fin**

**AMN Conseil et Formation**

**19 rue Copernic - 13200 ARLES**

N°SIRET : 879 741 387 00028 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le N° : 93 13 18 129 13 auprès de la DIRECCTE PACA

Enregistrée DPC sous le N° : 99BB

04.90.43.96.88 - [www.amn-conseil-formation.fr](http://www.amn-conseil-formation.fr)