

# PRÉVENTION DES LOMBALGIES ET DES FATIGUES

Service Administratif  
et Commercial

Téléphone  
01 49 44 42 70  
Fax  
01 49 44 42 75  
Email  
geforme93@ac-creteil.fr

Collège Honoré de Balzac  
65/67 rue P. et C. Thomoux  
93330 NEUILLY-SUR-MARNE

## Objectifs pédagogiques

- Acquérir les notions anatomiques, physiologiques et techniques nécessaires à l'identification des risques et à leur prévention
- Acquérir un comportement individuel adapté aux différentes situations professionnelles et quotidiennes
- Prendre en compte l'environnement de travail pour reconnaître et analyser les situations professionnelles à risques

## Public concerné / Pré-requis

⇒ Salariés

## Modalités

⇒ 48 heures réparties en 8 journées de 6 heures

## Méthodes pédagogiques

- Prise en compte des situations professionnelles spécifiques de l'entreprise
- Alternance entre apports théoriques et mise en pratique sur le lieu de travail
- Participation des stagiaires à l'analyse gestuelle et à la recherche de solutions
- Utilisation de moyens permettant l'analyse immédiate des gestes

## Conditions d'inscription

Nous consulter

## Prix et financement

Nous consulter

## Contenus

### Connaissance et utilisation des principes de sécurité et exemples d'économie d'effort

- Notions biomécaniques
- Anatomie et physiologie de la colonne vertébrale
- Education physique posturale : exercices visant à la connaissance et à la conscience du corps en mouvement
- S'exercer aux manutentions présentant des caractéristiques différentes (durée, poids, volume...)
- S'exercer aux manutentions professionnelles propres à chacun
- Utiliser ses connaissances à partir d'exemples de la vie quotidienne

### Analyse de l'environnement de travail

- Etude statistique des accidents de travail
- Analyse ergonomique des postures de travail
- Recherche de solutions adaptées à l'environnement de travail du salarié

## Lieux

- Aubervilliers
- Aulnay sous Bois
- Saint-Denis
- Sur site

## Contact

Isabelle BRUN  
Assistante commerciale  
☎ 01.49.44.42.80

Conditions générales (rupture, annulation, départ anticipé) : voir les modalités définies dans la convention de financement en vigueur.

E-PRP13 VB 11/05- 22/11/05

PRP0306CL