

### **PUBLIC**

Toute personne effectuant des opérations de manutention manuelle, de chargement et de déchargement.

### **OBJECTIFS**

Être capable :

- de maîtriser les gestes les plus sûrs, seul ou à plusieurs, pour diminuer les risques d'accidents
- de limiter la fatigue et les efforts notamment lors des opérations de chargement et de déchargement

### **CONTENU**

- Le squelette
- L'activité musculaire et articulaire
- La colonne vertébrale
- Les facteurs aggravants
- Les différentes formes d'accident de la colonne vertébrale
- Le rôle des muscles de la colonne vertébrale
- Techniques particulières
- Conclusion

**Fourniture à chaque participant d'un support comprenant la documentation détaillée et les textes de référence.**

### **INTERVENANTS**

Professionnels du spectacle, de la prévention et de la sécurité, en activité.

### **DURÉE**

**1 journée** (7 heures).  
Effectif limité à 12 stagiaires.

### **COÛT PÉDAGOGIQUE**

**Nous consulter.**

Contactez-nous au 02 51 86 47 84 pour connaître les dates et lieux des prochaines sessions ou pour organiser une session au sein de votre établissement (intra).



Document non contractuel