



## Manutention et prévention pour services d'entretien et de maintenance

Méthode Paul DOTTE



**21h INTRA** (modulables) - Tarif : nous consulter

**Public : Tout public**

**Prérequis : Aucun**

### Le plus



Ouvrage remis à partir de 21h de formation.

### Méthode

Formation présentielle.  
Méthodes interactives.  
Échanges et partages d'expériences.  
Apports théoriques.  
Analyse des pratiques.

### Sanction de l'action

Attestation de compétences.

### Modalités d'évaluation

Le bénéficiaire :

- prend connaissance de son niveau d'acquisition lors de la remise de son attestation de compétences.
- évalue à chaud / puis à froid l'action de formation.

L'entreprise bénéficiaire recevra un questionnaire pour évaluer l'impact de cette action.

### Intervenant

Formateur SIFAM, professionnel de santé, expert en ergomotricité.

### Délais d'accès

Entre trois jours et cinq semaines en fonction des pièces à fournir (nous consulter)

### Accessibilité

Si vous êtes en situation de handicap, contactez notre référent : [inscriptions@sifam-formations.fr](mailto:inscriptions@sifam-formations.fr).  
Un accompagnement sera mis en place.

## Objectifs

- Economie d'effort et sécurité du dos lors des travaux d'entretien, de maintenance et de manutention des charges.
- Prendre conscience du surmenage et des contraintes physiques notamment pour le rachis.
- Adapter les conditions de travail selon des critères ergonomiques.

## Contenu

**Prise de contact :** accueil, présentation de la session, recueil des attentes du groupe.

### Travaux Pratiques :

- exercices : fondamentaux en postures et gestes utilitaires,
- applications concrètes : utilisation du matériel (balai, aspirateur...).

**Postures liées à la manipulation du matériel de nettoyage :** stations courbées et debout.

**Manutention de mobilier et charges lourdes :** matériel de roulage : choix, utilisation, entretien.

**Notions ergonomiques :** le matériel, l'environnement ...  
Analyse d'un poste de travail et propositions d'aménagement.

**Synthèse.**