



FORMATION A LA PREVENTION DES TMS

Formation Intra (sur site client) - 2 jours - 14 heures
Taille du groupe : 2 à 8 personnes

Compétences visées :

- Connaitre les fondamentaux anatomiques et ergonomiques
- Savoir optimiser son espace de travail, pour prévenir les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Objectifs :

- Lutter contre l'apparition des TMS
- Repérer les principaux risques de pathologies
- Réfléchir à la conception des postes de travail et leur environnement
- Réaliser un diagnostic ergonomique sur des situations réelles

Public concerné :

- Toute personne concernées par les TMS, de par ses activités ou ses fonctions
- Responsables ou Animateurs Sécurité
- Membres du CSE/CSSCT

Prérequis:

- Pas de prérequis spécifiques nécessaires

Intervenant :

- Consultant Ostéopathe et Masseur-Kinésithérapeute

Méthodes pédagogiques :

- Formation-action : théorie réduite, priorité à la mise en pratique
- Travaux de groupe
- Permutation des rôles
- Retours d'expérience du formateur
- Suivi en continu durant la formation

Programme de la formation :

- 1er jour : formation au diagnostic des postes concernés : analyse visuelle globale, analyse ciblée (environnement direct, environnement à distance, gestes et mouvements), questionnaire

Après une demi-journée de préparation pour la personnalisation de la suite de la formation (d'après les résultats du diagnostic) :

- 2ème jour : rappel des résultats du diagnostic, rappels anatomiques et biomécaniques, exemples concrets, formation à la mise en œuvre d'un plan d'actions, mise en situation pratiques, QCM

Modalités d'évaluation des compétences acquises à l'issue de la formation :

Pour obtenir la validation de ses nouvelles compétences, le stagiaire devra avoir :

- Participé à l'intégralité des 2 journées de formation
- Obtenu une note de 12/20 minimum au QCM