

La prévention des troubles musculosquelettiques



Quels sont les objectifs de la formation?

- Définir ce que sont les Troubles musculosquelettiques
- Comprendre le fonctionnement et les limites du corps humain
- Comprendre et détecter les facteurs de risque des TMS
- Avoir les clés pour améliorer les conditions de travail
- Pouvoir mettre en pratique les enseignements acquis

Quel est le programme de la formation?

Que sont les Troubles musculosquelettiques (TMS)

- Définition des TMS
- Les tableaux de maladie professionnelle

Comment fonctionne mon corps et quelles sont ses limites ?

- Squelette et articulations ; Muscles et tendons ; Nerfs
- Lésions possibles et lien avec l'activité professionnelle

Quels sont les facteurs de risque des TMS ?

- Présentation des 5 facteurs de risque
- Zoom sur les facteurs biomécaniques et facteurs psychosociaux

Quelles sont les clés pour améliorer les conditions de travail ?

- Proposition d'améliorations
- Comment porter une charge en toute sécurité ?

Mise en pratique : « Quels risques à mon poste ? »



Effectif

2 à 8 personnes



Durée

3h30 en face à face



Lieu

En intra-entreprise

Public concerné

Tout salarié étant exposé à des facteurs de risque des TMS ou souhaitant développer ses connaissances sur le sujet.

Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis de la formation sera réalisée au travers d'exercices et de mises en situation tout au long de la formation et à la fin de celle-ci.

Pré-requis

Aucun.

Moyens techniques et pédagogiques

Cette action s'appuiera sur une méthode participative, associant des apports théoriques, des exercices pratiques (études de cas issus de l'expérience professionnelle des participants, expérimentation des différentes méthodes et outils, échanges sur les pratiques menées en situation réelle).

Contact

AQUALEHA - Chemin des Tertres Noirs - 35505 VITRÉ Cedex
Tél : 02 99 74 10 54 ; Mail : contact@aqualeha.fr - www.aqualeha.com