

FORMATION PREVENIR LES TROUBLES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (TMS)

PUBLIC CONCERNE	Encadrement, membre du CSE, collaborateurs souhaitant s'impliquer dans la prévention	PREREQUIS	Aucun	DATES	A définir ensemble
DUREE	2 jours	PRIX	Nous consulter	LIEU	Dans vos locaux, partout en France

CONTENU GENERAL DE LA FORMATION

La formation aborde :

- ◆ Le mécanisme global de l'anatomie du dos et les pathologies
- ◆ La problématique des troubles musculo-squelettiques (causes et conséquences)
- ◆ Des méthodes et outils d'analyse
- ◆ La démarche de prévention dans l'entreprise

OBJECTIFS DE FORMATION

- ◆ Identifier les situations dangereuses et analyser l'ensemble des facteurs de risques (biomécaniques, physiques, sociaux, organisationnels et temporels,...)
- ◆ Être capable de mener une étude de poste et de proposer des actions d'amélioration

PROGRAMME

Partie 1 : les enjeux des risques liés à l'activité physique dans l'entreprise

- Les différents risques liés à l'activité physique
- Activité physique et bien être au travail
- Activité physique et pénibilité
- Activité physique et accidents du travail
- Les TMS en France et les enjeux humains
- De la douleur posturale à la maladie professionnelle
- Les manutentions manuelles et les gestes répétitifs
- Les tableaux de maladie professionnelle (tableaux n°57, 98,...)
- Les pathologies les plus fréquentes : syndrome du canal carpien, les tendinites (épaules, coudes...) et les atteintes du rachis (lombalgies...)
- Conséquences financières

FORMATION PREVENIR LES TROUBLES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (TMS)

Partie 2 : Identifier les situations dangereuses

- L'anatomie du corps humain (structure musculaire et squelettique)
- Les bases d'anatomie fonctionnelle
- Les facteurs de risques « biomécaniques » ou autres facteurs liés à l'activité de travail
- L'adoption de postures fixes ou contraintes
- La répétition continue des mouvements
- La force exercée
- Les contraintes temporelles et organisationnelles (capacité de récupération).
- L'environnement du travail : bruit, éclairage, ambiance thermique.
- Le contexte psychosocial : TMS et risques psychosociaux
- Incidences des facteurs de risques sur le type de TMS et leur localisation
- TMS et le vieillissement au travail

Partie 3 : analyser les risques liés aux TMS et agir

- Différence entre le travail prescrit et le travail réel, tâche et l'activité
- Analyse des facteurs biomécaniques, facteurs organisationnels, ambiance physique de travail, facteurs psychosociaux
- Savoir mener une étude de poste
- L'implication et la mobilisation des différents acteurs (encadrement, IRP, CSE, médecin du travail et service de santé au travail, acteurs externes...)
- Méthodes et outils d'analyse, d'écoute et d'observation
- Coter les risques
- Intégrer les risques TMS au document unique
- Quelques références normatives et documentaires
- Principales normes ergonomiques
- Méthode simplifiée pour hiérarchiser les priorités
- Définir un plan d'action

Etude de cas

FORMATION PREVENIR LES TROUBLES LIES A L'ACTIVITE PHYSIQUE (TMS)



MOYENS PÉDAGOGIQUES TECHNIQUES ET D'ENCADREMENT - ANIMATION

- Formation en présentiel
- Une approche pédagogique pragmatique et concrète basée sur de nombreuses mises en situation
- Exercices
- Une documentation est remise sous forme de dépliant
- FORMATEUR : la formation est assurée par un animateur/consultant en prévention des risques professionnels

DISPOSITIF DE SUIVI – VALIDATION DES ACQUIS – DOCUMENT(S) DÉLIVRÉ(S) SUITE À L'ÉVALUATION DES ACQUIS

- En début de formation : recueil des attentes et objectifs individuels des stagiaires par un tour de table
- En fin de formation : tour de table pour relever le niveau d'atteinte des objectifs et réponse aux attentes exprimées par les stagiaires
- Évaluation de la satisfaction des stagiaires : fiche d'évaluation Qualité à chaud
- Évaluation des acquis de la formation : repérage de risques sur vidéos ou photos, mise en situation sur le terrain
- Fiche de présence
- Attestation de formation

DELAIS D'ACCES

- La durée estimée entre la validation du projet par le commanditaire et le début de la prestation sera précisée en amont dans l'offre commerciale.

ACCESSIBILITE

- Pour les formations intra, les conditions d'organisation spécifiques pour les personnes en situation de handicap sont précisées dans l'offre commerciale.