

TMS

GESTES ET POSTURES

OBJECTIFS

- Être capable de repérer et citer des risques liés à l'activité physique dans les situations de travail des métiers de l'industrie, du bâtiment, des espaces verts, du commerce, du tertiaire et du sanitaire et social.
- Être capable de mettre en œuvre les techniques gestuelles liées à la manutention de charges
- Être capable de proposer des préconisations d'amélioration et des mesures de prévention
- Être capable d'analyser une situation de travail en tenant compte des différents déterminants au travail en utilisant la méthode ITaMaMi

CONTENU

- **Séquence 1** : Les éléments d'anatomie et de physiologie de l'appareil locomoteur et atteintes de l'appareil locomoteur avec conséquences de ces atteintes sur la santé **1h00**
- **Séquence 2** : Les éléments déterminant l'activité physique au travail et l'analyse de la situation de travail : repérer les dangers, les risques et proposer des pistes d'amélioration **3h00**
- **Séquence 3** : Les principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pour limiter les risques liés à la manutention occasionnelle de charges **1h00**
- **Séquence 4** : Les techniques gestuelles de lever, porter, transporter,... **1h30**
- **Séquence 5** : Les pistes de prévention des TMS proposer des pistes d'amélioration et prioriser des actions **30mn**



MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- Apports théoriques (diaporama, ressources documentaires, techniques et réglementaires)
- Animation participative basée sur des études de cas (supports vidéo) ou des situations de travail réel
- Partie pratique : nous proposons de réaliser l'analyse de la situation de travail, les propositions d'axes d'amélioration et les techniques gestuelles sur les site de production / situations de travail réelles des opérateurs
- Quizz ludique
- Temps d'échange, questions / réponses

METHODE D'ÉVALUATION

Des évaluations formatives permettront d'évaluer tout au long de la formation la progression des stagiaires sous forme de questionnement collectif et individuel et de quizz ou QCM.

ACCESSIBILITÉ

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter, afin d'étudier ensemble les possibilités pour suivre la formation.



HUMAN TRAINING
CONCEPT

PUBLIC VISÉ

TOUT PUBLIC

PRÉREQUIS

AUCUN

MODALITÉS D'ORGANISATION ET DURÉE

FORMATION INITIALE
1 JOURNÉE: **7 HEURES**

EFFECTIF

1 À 10 PARTICIPANTS

LIEU

INTRA - ENTREPRISE

INTERVENANT

FORMATEUR GESTES ET POSTURES

TARIFS

NOUS CONSULTER

INSCRIPTION A LA FORMATION

MINIMUM 15 JOURS AVANT LE DEBUT DE LA FORMATION

CONTACT

FRANCK BAUDICHET Responsable Pédagogique

06 17 20 13 40

humantrainingconcept@gmail.com

web : <https://humantrainingconcept.com/>