

Gestes et Postures - Prévention des TMS

Prévention des TMS

GPTMS Fiche pédagogique



OBJECTIFS

Comprendre les conséquences des accidents du travail et maladies professionnelles liés à la manutention manuelle et aux troubles musculosquelettiques (T.M.S).

Acquérir les bases de l'anatomie pour mieux comprendre les limites de l'appareil locomoteur.

Adopter les principes de sécurité et d'économie d'effort en fonction des activités et limites de chacun.

Participer activement à la prévention et à la réduction des accidents de travail liés à la manutention manuelle.

PUBLIC CONCERNE

Toute personne concernée par la Manutention Manuelle à son poste de travail.

PRE REQUIS

Pas de prérequis

DUREE DE LA FORMATION

7.0 heures

METHODE PEDAGOGIQUE

Alternance entre différentes méthodes selon les besoins et demandes du stagiaire (affirmative, interrogative, démonstrative, applicative et ludopédagogie)

Mises en pratique en lien avec l'activité sur site

Echange et intégration des vécus

Apports théoriques lors d'exposés interactifs et projections

INTERVENANT

Formateurs spécialisés en prévention des risques professionnels.

TARIF

Inter-entreprises

210.00 € / pers

Intra-entreprise

Nous consulter

Groupe de 4 à 10
personnes

EVALUATION

Evaluations continues formatives qui permettent de vérifier l'acquisition des capacités nouvelles et d'indiquer l'atteinte des objectifs pédagogiques.

QCM

Participation aux ateliers pratiques

FINANCEMENT DE LA FORMATION

Le financement des formations peut s'effectuer par les acteurs du financement de la formation en France (OPCO, Pôle Emploi, Région ou autre) Toutefois, les dispositifs de financement sont accessibles selon les critères de prise en charge qu'ils ont préalablement définis.

HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, merci de bien vouloir nous contacter en amont de la formation, nous permettant ainsi de préparer au mieux l'accueil de la personne et d'adapter si nécessaire le déroulement du stage.

CONTENU

Formation théorique

Contexte et enjeux

Statistiques des accidents du travail et maladies professionnelles liés à la manutention manuelle

Notion d'anatomie et de physiologie (squelette, muscles, colonne vertébrale, articulations)

Définition des TMS

Les causes des TMS

Notion d'efforts et de fatigue, évolution des lésions

Savoir évaluer le risque d'apparition des TMS

Les axes de prévention

Formation pratique (chaque stagiaire devra être équipé d'une tenue de travail adaptée notamment en ce qui concerne le port d'équipements de protection individuelle)

Principes de sécurité et d'économie d'effort au poste de travail

Application des principes de manutention manuelle (application aux spécificités de l'établissement)

Les postures de travail Approche de l'organisation du poste de travail par le principe de l'économie d'effort

Prise de conscience des personnels

Permettre une réflexion concernant son poste de travail

Permettre d'éviter les gestes répétitifs ou les postures contraignantes

Permettre de motiver des changements dans sa méthode de travail

Les déterminants de l'activité physique