

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre les causes et les conséquences des TMS sur la santé et la performance au travail.
- Identifier les gestes et postures à risque.
- Mettre en place des bonnes pratiques pour prévenir les TMS.
- Adopter des postures ergonomiques et des techniques de manutention adaptées.
- Sensibiliser leurs collègues et promouvoir la prévention des TMS dans leur environnement professionnel.



TOUT PUBLIC



PRÉSENTIEL, DISTANCIEL OU MIXTE
12 STAGIAIRES MAXIMUM



CONTACTEZ-NOUS POUR SÉLECTIONNER DES
DATES DE FORMATION



FORMAT CLASSIQUE :
1 COMÉDIEN FORMATEUR, SAYNÈTES EN VIDÉO,
JUSQU'À 3 MISES EN SITUATION.

1600 EUROS



FORMAT PREMIUM :
2 COMÉDIENS FORMATEURS, SAYNÈTES JOUÉES
EN LIVE, JUSQU'À 5 MISES EN SITUATION.

2200 EUROS



AUCUN PRÉREQUIS N'EST DEMANDÉ POUR
PARTICIPER À CETTE FORMATION

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Saynètes
- Vidéos
- Apports théoriques et pratiques
- Mises en situation
- Echanges interactifs
- Présentation Powerpoint
- Plateforme LMS

*Les moyens et supports mobilisés sont
employés en fonction des besoins identifiés
lors du questionnaire de positionnement.*

*Nos formateurs sont des experts de la
thématique et reconnus dans le métier :
consultez leur profil dans notre CVthèque
accessible en ligne.*

Certification non concernée

CONTENU DE LA FORMATION

- Comprendre les causes et les conséquences des TMS sur la santé et la performance au travail.
- Identifier les gestes et postures à risque.
- Mettre en place des bonnes pratiques pour prévenir les TMS.
- Adopter des postures ergonomiques et des techniques de manutention adaptées.
- Sensibiliser leurs collègues et promouvoir la prévention des TMS dans leur environnement professionnel.

Axe 1 – Approche théorique

- Définition et compréhension des TMS.
- Facteurs de risques (biomécaniques, organisationnels, psychosociaux).
- Conséquences des TMS sur l'individu et l'entreprise.
- Réglementation et obligations légales en matière de prévention des TMS.

Axe 2 – Lutte contre les TMS : un engagement de tous !

- Saynète « Le bureau mal organisé »
- Débriefing
- Saynète « L'atelier de manutention »
- Débriefing
- Mises en situation

Axe 3 – Postures et bonnes pratiques.

- Mises en situation
- Ateliers collaboratifs : échanges sur les expériences des participants
- Apprentissage des gestes et postures adéquats
- Sensibilisation aux équipements ergonomiques

ACCOMPAGNEMENT POST FORMATION EN OPTION