

PRÉVENTION DES TMS : FORMATION GESTES ET POSTURES, ALLER PLUS LOIN (1 JOURNÉE)



RECOMMANDATIONS STAGIAIRES :

Tous les salariés concernés par la manutention de charges.

RECOMMANDATIONS ENTREPRISE :

Avoir mis en place l'ensemble des actions de prévention collectives.

MODALITÉS D'ÉVALUATION :

Évaluation formative durant l'ensemble des situations de mise en pratique.

ORGANISATION :

Mode présentiel

DURÉE :

1 journée (7h)

FORMATEUR :

Kinésithérapeute, ergonome certifié

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS :

Contact par mail :
contact@tmskinergo.com, délai
de réponse sous 72h.

4 À 12 STAGIAIRES /SESSION

TARIF SUR DEVIS

OBJECTIFS DE L'INTERVENTION :

- Définir ce qu'est l'ergonomie du poste de travail.
- Connaître et comprendre l'impact physique qu'ont les tâches effectuées sur le poste de travail sur sa santé.
- Être sensibilisé aux éléments douloureux responsables des TMS et compréhension des mécanismes pathologiques.
- Comprendre les facteurs individuels influençant les TMS.
- Appréhender le stress, l'hygiène de vie et l'alimentation.
- Maîtriser des méthodes techniques de manutention des charges en lien direct avec les besoins constatés sur les postes de travail.
- Mettre en place une dynamique générale autour de cette problématique des TMS dans toute la verticalité de l'organigramme opérationnel.
- Co-construire une démarche d'amélioration des pratiques.

PROGRAMME DE FORMATION :

- Analyse des contraintes physiques liées à chaque métier.
- Apprentissage des bons gestes et postures adaptés.
- Exercices pratiques et conseils personnalisés.
- Sensibilisation à l'ergonomie et à la prévention.

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES :

Apports, échanges de pratiques, co-construction de programmes, mises en situations pratiques.

Pour toute demande liée à l'accessibilité des personnes en situation de handicap, veuillez contacter notre référent handicap :
lionel.angibaud@tmskinergo.com