



PROFIL

Personnel ayant une activité de manutentions manuelles

PRE-REQUIS

Aucun

LIEU

Sur site client

TARIFS

1150 € HT

DUREE

1 jour (7 Heures)

EVALUATION DE FORMATION

Mise en pratique et test des connaissances

MODE DE VALIDATION

Attestation de compétences
Certificat de réalisation

CONTACT FORMATEUR ET QUALIFICATION

Clothilde DUPEU
Intervenante en Prévention des Risques Professionnels
Formatrice PRAP*
clothilde.dupeu@actionqsst.com
06.75.48.21.31

FORMATION:

Prévention des TMS (Troubles Musculosquelettiques) Gestes et postures

OBJECTIFS PROFESSIONNELS (ARTICLE L16313-3 (2°))

Cette formation a pour objet de développer les compétences du personnel à son poste de travail, à savoir :

- acquérir les gestes métiers et savoir organiser son travail en vue de réduire l'apparition de TMS et gagner en productivité.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Comprendre les enjeux de prévention
- Comprendre l'apparition des TMS et les conséquences
- Savoir observer et analyser sa situation de travail pour repérer les risques
- Savoir se protéger en respectant les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

CONTENU

Introduction

Les enjeux de la prévention santé et sécurité au travail
Les obligations du salarié

Les risques liés à l'activité physique : les TMS, de quoi parle-t-on ?

Définition des TMS et pathologies
Fonctionnement du corps humain et ses limites
Facteurs d'apparition des TMS

Evaluer les risques dans sa situation de travail

Définition danger, risque, facteurs de risque
Observer une situation de travail
Identifier et évaluer les dangers, risques et facteurs de risque d'une situation de travail

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
Les équipements mécaniques et aides à la manutention

Mise en pratique

Réveil musculaire
Application des principes sur cas concrets (situations de travail du client)

Démarche de prévention des risques

Les acteurs de prévention
Remonter les aléas, situation à risque, incidents
Définir des actions de prévention

METHODES PEDAGOGIQUES

- Pédagogie active (échanges interactifs entre stagiaires)
- Mise en situation pratique
- Utilisation d'une application pour analyser les risques de TMS
- Supports power point et vidéos

Matériel utilisé : outils de travail mis à disposition par le client et/ou charges (cartons, caisses ...) mis à disposition par le formateur.