



PROGRAMME « x Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques »

OBJECTIFS : Analyser les situations de travail à risque, comprendre les principes anatomiques de base et mettre en œuvre les gestes et postures adaptés pour prévenir les TMS.

CONTENU DE FORMATION

PUBLIC CONCERNE : Personnel qui réalise dans son quotidien professionnel de la manutention manuelle de charges et qui a des postures de travail plus ou moins pénibles.

PRE REQUIS : Aucun

DUREE : 1 jour(s) (1j = 7h)

DATE(S) & HORAIRES : A définir

LIEU : Dans une salle mise à votre disposition dans notre organisme ou dans votre établissement.

DELAI D'ACCES :

INTRA : 15 jours minimum entre la demande de date et la date réelle de formation.

INTER : se référer aux dates sur le site web.

Personnes en situation de handicap : ce délai est susceptible d'être allongé du fait de la mobilisation d'interlocuteurs adaptés.

EVALUATIONS ET VALIDATION :

QCM de positionnement. Mise en pratique des Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Effort (PSPEE) + QCM d'évaluation théorique
Attestation de formation

NOMBRE DE PARTICIPANTS :

1 minimum / 10 maximum

TARIF(S) JOUR HT :

INTRA = 840€

METHODES & MOYENS PEDAGOGIQUES :

Méthode expositive et active, réalisation de travaux pratiques de manutention manuelle sur site + Support Power point – vidéo INRS - Utilisation de charges inertes pour les travaux pratiques sur site. - PSH : Pour connaître les modalités d'accès pour les PSH, veuillez contacter notre référent handicap : badina@audit-prevention.com. - Vous pouvez également consulter notre livret d'accueil PSH sur notre site internet.

Module 1 : La Prévention

- Règlementation
- Les Enjeux de la prévention
- Les notions et définition de dangers-risques-situation dangereuse
- La différence entre Protection et Prévention
- Le mécanisme d'apparition du dommage
- Les composantes de l'Homme au travail
- Les différentes familles de risques (RPS – Chimiques – TMS – Stress...)

Module 2 : Notions d'anatomie, de physiologie et pathologie

- Anatomie et physiologie de l'appareil locomoteur
- Lésions articulaires, musculaires, tendineuses et ligamentaires
- Les conséquences pour la santé
- Facteurs de risques biomécaniques et facteurs aggravants

Module 3 : La prévention du risque lié à l'activité physique : Observation – Analyse - Proposition

- Observation et Analyse de situations de travail à partir des risques liés à l'activité physique
- Principes de base de sécurité physique et d'économie d'effort pertinents pour limiter les risques liés à la manutention de charge

Module 4 : Enseignement pratique

- Présentation des techniques de manutention manuelle des charges inertes
- Mise en place des Principes de Sécurité Physique et d'Economie d'Effort (PSPEE)

Intervenant : Consultant formateur spécialisé en prévention des risques professionnels diplômé et/ou certifié dans son domaine d'expertise.