

GESTES ET POSTURES

Prévenir les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Durée

1 demi-journée ou 1 journée

Public concerné

Agents de terrain, de collectivités, techniciens, exploitants...

Effectif

De 6 à 10 stagiaires

Prérequis

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation.

Objectif pédagogique

Acquérir un état d'esprit de prévention des lombalgies par l'apprentissage de gestes et postures adaptés à la manipulation de charges lourdes ou encombrantes, associé aux caractéristiques physiques et psychologiques des travailleurs.

Rendre le stagiaire capable :

- D'éviter les accidents dus à la manutention ou transport de charges
- De prendre en compte les TMS (Troubles Musculo-Squelettiques).

Programme de la formation

En préalable, rappel des objectifs et éléments chiffrés (accidents du travail, jours d'arrêt de travail, maladies professionnelles).

1. Les troubles musculo-squelettiques (TMS)
2. TMS Dos
3. TMS Membre supérieur
4. Prévention des TMS à partir de situations de travail

Moyens pédagogiques

La formation GPST alterne exposés didactiques, exercices pratiques et mises en situation afin de répondre aux besoins des salariés sur le lieu de travail.

Suivi de l'action

Feuilles d'assiduité signées par demi-journée par le stagiaire et le formateur
Attestation de fin de Formation

Contrôle et validation de l'action

Exercices pratiques pour valider l'apprentissage

Moyens d'encadrement

Expert et formateur agréé par le Ministère de l'Intérieur (Direction de la Sécurité Civile)

Prix

Prise en charge pour les contributeurs VIVEA
tarif de groupe : 700 € net (7 heures) ou 400 € net (3 heures 30)

Dates et lieux

14 janvier 2025
7 février 2025
27 février 2025
7 mars 2025
Caen – Saint-Lô
Intra-entreprises ou inter-entreprises

Autres dates possibles
Contacter MSA Services