

# Troubles Musculosquelettiques

## Manutention et ergonomie des postes de travail

**OBJECTIF** : RENDRE LE STAGIAIRE CAPABLE DE COMPRENDRE LE PROCESSUS D'APPARITION DES TMS ET LE RENDRE ACTEUR DE SA PROPRE PRÉVENTION

**PUBLICS** : L'ensemble du personnel, aucun prérequis nécessaire à la formation

**DUREE** : 7 heures





**INTERVENANT** : Formateur agréé D.I.R.E.C.C.T.E. Arrêté Préfectoral n°2012170-0001 du 18 juin 2012

**EFFECTIF** : 12 personnes maximum





**LIEU** : Intra-entreprise pour un groupe

**VALIDATION** : Attestation de fin de stage

**PRIX DE VENTE** : Contactez-nous pour un devis

<p><b><u>OUVERTURE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Présentation des Stagiaires</li> <li>- Présentation du Formateur</li> </ul>		<p>Tour de table</p>
<p><b><u>AT/MP</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Accident du Travail et Maladie Professionnelle, la place des TMS.</li> <li>- Statistiques AT/MP 2013</li> </ul>		<p>Présentation POWERPOINT</p>
<p><b><u>LE TRAVAIL</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Travail prescrit, « ce qu'on me demande faire... »</li> <li>- Travail réel, « comment je le fais.. »</li> </ul>		<p>Vidéo, exercices...</p>
<p><b><u>MECANISME D'APPARITION D'UN DOMMAGE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Définir un Danger</li> <li>- Décrire une Situation Dangereuse</li> <li>- Définir un Risque</li> <li>- Définir un Dommage</li> </ul>		<p>Vidéo</p>



<p><b><u>ANATOMIE, PHYSIOLOGIE, PATHOLOGIE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Les différents composants de l'appareil locomoteur</li> <li>- Comprendre son fonctionnement</li> <li>- Identifier les atteintes</li> <li>-</li> </ul>		<p>Présentation POWERPOINT</p>
<p><b><u>PRINCIPES EN MANUTENTION</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- La sécurité physique</li> <li>- L'économie d'effort</li> <li>- Les zones de mobilité articulaires</li> <li>- Les actions pénalisantes</li> </ul>		<p>Exercices de manutention et de positionnement au poste de travail.</p>
<p><b><u>GESTES ET POSTURES</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Apprentissage des méthodes de manutention</li> <li>- Apprentissage des méthodes de positionnement au poste</li> </ul>		<p>Exercices de manutention et de positionnement au poste de travail.</p>
<p><b><u>CLOTURE</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Synthèse de la formation</li> <li>- Evaluation</li> </ul>		<p>Tour de table Grille d'évaluation</p>

