



FORMATIONS PRÉVENTION

GESTES ET POSTURES - PREVENTION DES TROUBLES MUSCULO- SQUELETTIQUES

Détails de la session



Durée : 1 jour (7h00)



Nombre de participants : 5 à 10 personnes



Inscription : après acceptation du devis, la programmation se fera avec le commanditaire par mail dans un délai d'un mois maximum



formasyll@ffbs-sillery.com



01 69 74 17 10
07 62 00 68 49



Tarif session : 710 € net de taxe
Nous consulter pour un devis personnalisé



En Intra : dans vos locaux
En Inter : 2 rue de Charaintru
91360 Epinay sur Orge

A propos de nous :

Le centre de formation FFBS-Formasyll s'enrichit de la connaissance des publics accueillis et des pratiques professionnelles dans les établissements de la FFBS. Il intervient auprès des établissements pour élaborer, proposer des actions de formation adaptées à leurs salariés ou publics accueillis selon les besoins exprimés ou recensés.

Public

Tout salarié d'entreprise
Formation accessible et adaptable aux personnes porteuses d'un handicap

Pré-requis

Aucun

Objectifs opérationnels et pédagogiques

- Comprendre le fonctionnement des TMS et faire le point sur son exposition aux TMS sur son poste de travail
- Apprendre à utiliser ses pauses pour reposer son corps
- Diminuer les risques d'accidents et de maladies professionnelles en participant à l'amélioration des conditions de travail

Contenu de la formation

- **Introduction à la prévention des Troubles Musculo-Squelettiques**
 - Qu'est-ce qu'un TMS ? Quels sont les différents TMS ?
 - Retour sur les principes de prévention et d'évaluation des risques professionnels
 - Identifier et connaître les facteurs de risques d'apparition d'un TMS
- **Mise au point sur les notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie du corps humain**
 - Comprendre le fonctionnement du squelette, ses capacités et ses limites
 - Découvrir les articulations et le fonctionnement des muscles
 - Faire le lien avec les réactions du système nerveux

L'accès à la formation
est un enjeu important
afin de trouver un
emploi ou de conserver le
sien.



Formation à la carte / sur mesure

- Des formations thématiques courtes et sur un programme annuel pour les travailleurs d'ESAT
- Des compléments de formation pour d'anciens stagiaires d'ESRP
- Répondre à des demandes spécifiques des employeurs qui ont recruté un ancien stagiaire
- Des formations pour des salariés en situation de handicap ou non, d'autres associations, fondations, administrations ou entreprises
- Des formations pour les demandeurs d'emploi
- Des séminaires ou des colloques
- Des formations d'adaptation des compétences en lien avec l'évolution du secteur médico-social

Le + : Restauration sur place possible



- **Déterminer comment se manifeste un TMS sur le corps humain**
 - Connaître les phénomènes d'apparition des TMS sur son corps
 - Savoir localiser une douleur et identifier son origine
 - Focus sur la lombalgie : les causes de la douleur lombaire
- **Plan d'accompagnement sur les TMS au travail : Devenir acteur de sa santé en limitant les risques de TMS**
 - Maîtriser les principes fondamentaux de sécurité physique et d'économie d'effort
 - Faire le point sur son activité réelle de travail pour agir sur son activité physique, cognitive et psycho-sociale
 - Faire le point sur son exposition et sa réceptivité aux TMS
 - Evaluer tous les aspects de son poste de travail

Moyens pédagogiques et techniques

- Pédagogie active et participative
- Apports théoriques et pratiques
- Mise en situations et simulations d'expériences rencontrées par les participants

Modalités d'évaluation

- Evaluation des acquis en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction individuel

Validation de la formation

- Feuille d'émargement
- Attestation individuelle de fin de formation
- Certificat de réalisation pour le financeur

Intervenant

Formateur maîtrisant la prévention des risques professionnels

Lieu de formation



Venir en Voiture par l'Autoroute A6 : Sortie Epinay sur Orge
Indiquer sur votre GPS: "Fondation Franco Britannique"



Venir en transports en commun
Gare Petit Vaux: T12
Gare Epinay s/Orge: RER C et T12