



## Prévention des Troubles Musculosquelettiques- TMS

Date : **07 novembre 2023**

Lieu : DR1-Villejuif

Nombre de stagiaires : 10

### Objectifs

- Prévenir les risques d'Accident du Travail ou de Maladies Professionnels liés aux manutentions manuelles, aux gestes répétitifs et aux postures contraignantes.
- Comprendre et adapter les bonnes pratiques posturales

### Public visé

### Modalités pédagogiques

- Démarche participative et active
- Visite et étude des situations de travail sur les postes de travail et avec les stagiaires
- Exercices pratiques et mises en situations des stagiaires en salle et sur les postes de travail même (avec des charges, des matériels et des outils utilisés au poste de travail)
- La formation est animée par un formateur disposant d'une qualification spécifique de formateur selon les procédures de qualification de Bureau Veritas et justifiant d'une expérience terrain confirmée dans le domaine concerné

### Programme

Une phase de préparation d'une demi-journée est prévue et permet au formateur de visiter les postes de travail et procéder à des prises de photos, de vidéos, en fonction des activités pédagogiques retenues.  
La préparation permet d'adapter la formation au contexte de l'entreprise et au travail réel des participants.

- Pré-positionnement des participants : Mises en situations de travail et auto-confrontation
- Facteurs de risque responsables de « Troubles Musculo-Squelettiques »



- A partir des situations de travail des opérateurs : repérage des principaux facteurs de risques professionnels « TMS » (identification réalisée conjointement par le formateur et les stagiaires) – Utilisation possible des séquences vidéos réalisées lors de la préparation
- Partage et exercices en salle et/ou sur les postes de travail
- Echauffements avant efforts et étirements en milieu professionnel
- Recherche de pistes d'amélioration au poste

### Conditions d'inscription

Date limite d'inscription : 13/10/2023

Inscription : <https://formation.ifsem.cnrs.fr/>

Renseignements :  
[ifsem-formation.contact@cnrs.fr](mailto:ifsem-formation.contact@cnrs.fr)