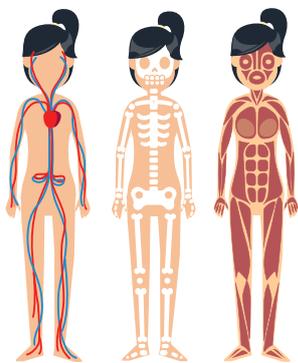


GESTES ET POSTURES PRÉVENTION DES TMS



NEO
FORMA

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Étudier et prévenir les risques d'apparition des TMS
- Étudier et appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail de l'entreprise
- Former les stagiaires à une gestuelle optimale et réflexe dans la manipulation de charges inertes
- Améliorer les conditions et la qualité de vie du travail
- Adopter une bonne hygiène de vie pour prévenir des TMS

PROGRAMME DE LA FORMATION

- Introduction sur les troubles musculo-squelettiques (TMS)
- Notions sur le fonctionnement du corps et l'apparition des TMS
- Étude des postes de travail
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique pour prévenir des TMS
- Entraînement aux gestes corrects spécifiques au métier
- Gestes de la vie quotidienne : la santé ne s'arrête pas au travail
- Hygiène de vie pour prévenir des TMS

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Interaction permanente entre les participants et le formateur
- Mise en situation des participants (Situations à Résolution de Problèmes)
- Pédagogie par l'action : le formateur utilise son expérience d'ostéopathe, spécialiste en biomécanique du rachis pour entraîner les participants aux différentes postures et donner les conseils adéquats

QUALIFICATION DU FORMATEUR

Praticien Ostéopathe diplômé Formateur spécialisé en gestes et postures et/ou formateur PRAP

RECYCLAGE CONSEILLÉ : TOUS LES 2 ANS - 4H

Une obligation pour l'employeur

Décret 3 septembre 1992 – Art. R. 231-71 du Code du Travail

NEO FORMA – Organisme de formation enregistré sous le numéro 11 91 07177 91 auprès de la préfecture d'Ile de France - Siège social : 14 place Moreau David, 94120 Fontenay-sous-Bois
www.neo-forma.fr – Tél : 01.82.39.08.30 – E-mail : contact@neo-forma.fr
R.C.S Créteil 791 297 120 - SIRET 791 297 120 00028 - Code APE : 8559A



PUBLIC

Toute personne exposée
aux TMS

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis

DURÉE



1 journée soit 7H

Effectif : 1 pers minimum
10 pers maximum



VALIDATION

Remise d'une attestation
individuelle de formation



DOCUMENTATION

Remise d'une brochure
spécifique gestes et
postures