



# FORMATION PREVENTION DES RIQUES DE TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES – TMS

Les troubles musculo-squelettiques, plus simplement appelés TMS, ne cessent d'augmenter. C'est la première cause de maladie professionnelle et les manutentions manuelles représentent la cause principale des accidents de travail en terme de fréquence. Ils touchent une grande partie des travailleurs : les hommes et les femmes, les jeunes et les plus âgés. On les retrouve dans toutes les professions et dans tous les secteurs. Bien que ces troubles ne soient pas mortels, ils ont un grand impact sur le travail et sur la vie privée. Il est dès lors primordial de les prévenir !

## Durée de la formation :

- 3,5 heures sur une demi-journée.

## Effectif :

- 10 personnes maximum.

## Public :

- Toute personne exposée aux TMS.

## Prérequis :

- Comprendre et parler le français.

## Accessibilité :

- Cette formation pourra être adaptée aux personnes présentant un handicap. Nous consulter.

## OBJECTIFS DE LA FORMATION



L'objectif de la formation est d'initier une démarche pour prévenir les troubles musculo-squelettiques au sein de l'établissement en sensibilisant les salariés.

## COMPETENCES DEVELOPPEES



A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Comprendre les enjeux de la prévention des Troubles Musculo-Squelettique (TMS).
- Identifier les facteurs de risques des TMS pour les prévenir et les gérer.

### *CONTACT :*

*France Prévention Secourisme  
9 rue Denis Papin – 95280 JOUY-LE-MOUTIER  
France MARQUE – Gérante  
06 27 22 65 58 : france@fps95.com*



## CONTENU



### Réglementation :

- Référentiel TMS de l'INRS

### Méthodes pédagogiques :

- Alternance d'exposés et d'échanges, travaux de groupe.

### Moyens pédagogiques :

- Vidéoprojecteur, colonne vertébrale, mannequin de manutention « Bébert », vertèbres avec diverses pathologies...

### Encadrement :

- Formateur gestes et postures / formateur PRAP certifié par l'INRS.

### Evaluation :

- QCM

### Attribution finale :

- Attestation de formation

### Renouvellement :

- Formation continue recommandée tous les 2 ans.

### Tarif :

- Devis sur demande, sans engagement.

- La **définition des TMS** et les principales pathologies
- Les **statistiques** sur les TMS
- La déclaration comme **Maladie Professionnelle**
- Les différents **facteurs de risques** des TMS (gestes répétitifs, cadence de travail élevée, postures contraignantes ...)
- Les **facteurs environnementaux** (ambiances thermiques, vibrations...)
- Interactions entre les TMS et les **facteurs psychosociaux** (stress, anxiété...)
- Les **conséquences** des TMS pour les salariés et pour l'établissement (coût humain, chute de la productivité, adaptation de poste,...)
- Initier une **démarche de prévention** des TMS (dépistage, communication, analyse des situations de travail, étude des différents facteurs, mise en œuvre d'un plan d'actions...)

#### *CONTACT :*

*France Prévention Secourisme  
9 rue Denis Papin – 95280 JOUY-LE-MOUTIER  
France MARQUE – Gérante  
06 27 22 65 58 : france@fps95.com*