



Formation : La prévention des TMS (Troubles Musculo-Squelettiques)

Objectifs de la formation :

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

- Identifier les risques liés à son activité
- Comprendre les problèmes de santé liés aux manutentions
- Prévenir les risques individuellement (économie d'effort et principes de base de sécurité physique)
- Prévenir les risques collectivement (regard critique sur les situations de travail à risques)

Intervenant : David ZACCARELLI – Formateur Consultant Santé et Sécurité au Travail

Déroulé pédagogique :

De 09h à 12h30

DÉFINITIONS

- Geste
- Posture

LA MANUTENTION MANUELLE

- Les risques liés à la manutention manuelle
- Statistiques des lésions liées à la manutention manuelle

LES MALADIES PROFESSIONNELLES

- Statistiques liées aux maladies professionnelles

LES ACCIDENTS DU TRAVAIL CONTEXTE

- Le coût humain
- Les incidences financières
- Les coûts financiers directs et indirects

Public : Salarié de l'entreprise amené à réaliser la manutention de charges lourdes ou encombrantes.

Prérequis : Aucun

Coût par participant :

450 € HT / adhérent

650 € HT / non adhérent

Lieu : Aix en Provence (13)

Date : 21 octobre 2021

Durée : 1 jour (7h)

☒ Présentiel ☐ Distanciel
☐ Blended

Contact pédagogique :

Fleur MASSON

04 90 31 55 25

fleur@ariasud.com

Contact administratif :

Laure DUPIN

04 90 31 55 08

laure@ariasud.com



PERFORMANCE
INDUSTRIELLE



ACHATS &
SUPPLY CHAIN
MANAGEMENT



QUALITÉS
DES PRODUITS



R&D
MARKETING



ENVIRONNEMENT
& DÉVELOPPEMENT
DURABLE



COMMERCIALISATION
& MARCHÉS



RESSOURCES
HUMAINES



FONCTIONS
SUPPORT



De 13h30 à 17h

RÈGLEMENTATION ET RECOMMANDATIONS

- Les principes généraux de prévention

NOTIONS D'ANATOMIE ET LÉSIONS

- Les muscles
- Le travail musculaire
- Les lésions musculaires et tendineuses
- Les troubles musculo-squelettiques

RÈGLES DE SÉCURITÉ PHYSIQUE ET D'ÉCONOMIE D'EFFORT

- Principes de base du bon positionnement
- Le rythme de l'effort

ANALYSE DE SITUATIONS DE TRAVAIL

- Cas concret

Méthodes pédagogiques :

Méthodes participatives

Alternance d'apports théoriques, d'exercices et de mises en situation

Partage d'expériences

Evaluation des connaissances :

Exercices et cas pratiques et/ou questionnaires d'évaluation. Les critères d'évaluation sont directement reliés aux objectifs cités au début du programme.

Moyens mis en place pour suivre l'évaluation de la formation :

Feuilles d'émargement et attestation de formation.

Cette formation se déroule dans un lieu accessible aux personnes à mobilité réduite. Notre référent handicap se tient par ailleurs à votre disposition pour organiser votre accueil et le déroulement de la formation : contactez Laure DUPIN, votre contact administratif.

Programme mis à jour le 18/01/21

Organisme de formation :



N° de déclaration

d'activité :

93840215384



N° de référencement

Datadock : 0001083

