



FORMATION

Prévention des troubles musculo-squelettiques



Définition des TMS, articulations, dos, ...

Définition des TMS / L'architecture du dos / Découverte des composants d'une articulation

Recherche des causes des TMS

Les efforts / La répétitivité / Les amplitudes articulaires / Les autres composantes

Évaluation des conséquences

Présentation des conséquences / Les intérêts de se protéger

Des mesures de prévention

Les mesures organisationnelles / Les mesures techniques / Les mesures humaines

Des interventions directes aux postes

Observations des gestes et postures / Analyses des facteurs déterminants / Réflexion sur des pistes d'amélioration

Démonstration d'exercices

Les échauffements / Les étirements / La relaxation

Formation essentiellement basée sur l'alternance d'apports théoriques et de travaux pratiques.



Selon accord avec l'entreprise



Sensibiliser les participants aux risques liés à leur activité professionnelle, et plus précisément les troubles musculo-squelettiques.



Groupe jusqu'à 10 personnes



Cette formation est potentiellement éligible au plan de formation professionnelle continue (art. L.6313-1, L.4141-1 et suivants du Code du travail). L'organisme de formation est enregistré auprès de la DIRECCTE et de la Préfecture de la région Bourgogne sous le numéro 27.21.03831.21.

**JÉRÉMIE
CLAIROTTE**

CONSEIL • FORMATIONS • SERVICES
RISQUES PROFESSIONNELS • ERGONOMIE • SÉCURITÉ • RÉGLEMENTATION

39 GRANDE RUE - 21260 BOUSSENOIS • 06 31 72 04 20 • JCLAIROTTE@YAHOO.FR



SIRET 818 291 908 000 15 • ORGANISME DE FORMATION 27 21 03831 21

