

Prévention des TMS

Formateurs "Gestes & postures / Manutention des charges"

OBJECTIFS

A l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Apports en pédagogie et animation,
- Déterminer les objectifs de la formation,
- Identifier les savoirs - faire du personnel à former,
- Préparer et animer une session de formation,
- Appréhender les résistances au changement et les moyens de les contourner,
- Savoir évaluer les effets de l'action de formation à court, moyen et long terme,
- Expertise en activité physique au travail,
- Acquérir les principes de sécurité physique et d'économie d'effort en prévention des TMS (troubles musculo-squelettiques) et protection dorsolombaire,
- Identifier les risques liés à l'activité physique, professionnelle et domestique,
- Approfondir ses connaissances sur les principes et les techniques de mobilisation des charges,
- Prendre conscience de sa mobilité corporelle,
- Connaître les bases du fonctionnement de la mécanique humaine et de l'économie rachidienne.

CONTENU DE LA FORMATION

- Apports en pédagogie et animation,
- La préparation logistique et matérielle : les conditions minimales de réalisation d'une animation réussie,
- Les grandes séquences d'une session de formation : ouverture, enchaînements, clôture,
- La formulation des objectifs : intérêt et critères d'efficacité,
- Le recueil des attentes des participants : accompagner la formulation des objectifs,
- La conception du déroulé pédagogique : les séquences de formation ; les supports pédagogiques,
- L'animation de la session : utiliser les méthodes pédagogiques, susciter l'adhésion; exploiter sa présence et sa voix, gérer les tensions,
- Expertise en activité physique au travail,
- Apports de connaissances sur les TMS : Quelques mots pour quelques maux (syndrome du canal carpien, tendinite du coude, sciatique, lumbago, ...),
- Danger, risque, dommage : comment les identifier ?
- Réflexion sur la mise en œuvre des principes de sécurité physique lors de la manutention manuelle de charges, de postures à risque et des différentes situations de travail rencontrées par les participants,
- L'observation et l'analyse de l'activité physique de travail,
- Les gestes de métier : comment identifier les savoir-faire de prudence, les stratégies d'économie, de protection et les compromis opératoires,
- La prise de conscience de la mobilité corporelle et ses limites.

MODALITES D'EVALUATION

Evaluation des acquis en cours de formation : Elle porte sur les connaissances assimilées par le stagiaire tout au long de la formation. Le formateur s'assure de l'assimilation des connaissances à travers des tests, exercices, études de cas et mises en situation

METHODES PEDAGOGIQUES ET POINTS FORTS

- Formation à caractère pratico-théorique,
- Mises en situation d'animation (gestion du groupe, animation des séquences liées aux situations caractéristiques de formation) et mises en situation de manutention,
- Travaux d'analyse des situations de travail en groupe et en sous-groupe,
- Un support numérique reprenant les principaux thèmes abordés au cours de la formation est remis à chaque participant.

Prévention des TMS

DETAILS DE LA FORMATION

Intervenant(s) :

La formation est encadrée par un formateur de formateurs, spécialiste de la formation et de la prévention des risques physiques professionnels.

Public et prérequis :

Le personnel amené à exercer une activité de formateur « gestes et postures.
Le stagiaire sera porteur d'un projet issu d'une réflexion menée sur le rôle et les missions confiés au futur formateur au sein de l'établissement.

Effectifs :

Groupe de 10 à 12 participants maximum.

Durée :

La durée totale de la formation est de 10 jours (70 heures).

Financement :

Ergonalliance est Datadocké. Cette formation est donc finançable par votre OPCO pour les salariés ou par le FIF-PL pour les travailleurs indépendants.

Certifications :

