



CAPICONSULT

Vos risques professionnels sous contrôle



PRÉVENTION DES TMS* POSTURE PODOLOGIE ET CHAUSSURES DE SÉCURITÉ

OBJECTIF GENERAL

Rendre tout personnel capable de contribuer à la suppression ou à la réduction des Troubles Musculosquelettiques* TMS auxquels il est exposé, en proposant de manière concertée des améliorations posturales et d'auto exercices en lien avec les risques sur lesquels il a la possibilité d'agir.

OBJECTIFS OPERATIONNELS/COMPETENCES VISEES

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

- Se situer en tant qu'acteur de la prévention des risques liés aux TMS dans son entreprise ou son établissement
- Observer et analyser sa posture de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé susceptibles d'être encourues
- Reconnaître certaines affections du pieds et l'état d'usure de la chaussure de sécurité
- Participer à la maîtrise d'exercices de reprise du mouvement pour une meilleure prévention

PROGRAMME

- L'intérêt et les enjeux de la prévention des TMS
- Le corps humain et ses signaux d'alerte
- Les principes de l'action motrice
- Posture liée au poste de travail: observation et analyse
- Les enjeux et les limites de l'utilisation des chaussures de sécurité
- Les Morpho Pathologies du salarié concerné par le port des chaussures de sécurité
- Techniques et auto-exercices adaptés au différents temps de la journée

Moyens pédagogiques

Ordinateur, vidéoprojecteur, matériels d'exercices à la posture. Théorie et pratique

Durée / Nombre de stagiaires

1 jour soit 07 heures
De 4 à 10 stagiaires

Public concerné

Tout public

Pré-requis

Pas de pré requis

Dates et lieu tarifs

Sur convention

Délai d'accès

3 mois sous réserve de disponibilité du client

Document délivré en fin de formation

Remise d'une attestation de formation attestant l'acquisition des compétences attendues.

Evaluation des connaissances acquises

QCM et évaluation finale

Modalités d'accès handicap

Formations réalisées dans les locaux de l'entreprise qui aura pris les dispositions. Capiconsult prendra les dispositions nécessaires en amont de la formation et en concertation avec l'entreprise et le stagiaire afin d'adapter les modalités pédagogiques.