

# PRÉVENTION COLLECTIVE DES TMS POLE PISTE

100 % des participants satisfaits en 2023 (7 avis) !



## CONTACT

soula.s@chu-toulouse.fr



## OBJECTIFS

### DATES – DURÉE- LIEU

1 jour / 7 heures en  
présentiel  
**Services techniques  
Purpan**

Connaître les principes anatomiques afin de pouvoir décliner les principes d'hygiène du rachis  
Reconnaître les situations à risque liées au travail et les moyens pour les éviter  
Apprendre à organiser son poste de travail suivant les principes de prévention ergonomiques  
Connaître et appliquer des exercices d'entretien du rachis et des membres supérieurs

## PUBLIC

Personnel pôle piste

## PRE-REQUIS

Aucun

## FORMATEUR

Kinésithérapeute



## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Cours magistraux, illustrés et interactifs pour la partie théorique  
Travaux de groupe sur des situations pratiques d'organisation des postes de travail  
Apprentissage d'exercices d'entretien réalisables sur les lieux de travail

## TARIF

270€/personne  
Tarif groupe : nous  
consulter



## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation des acquis : quiz en début puis en fin de session pour mesurer l'atteinte des objectifs.

Evaluation de la formation : fiches de satisfaction

- ▶ À chaud : enquête de satisfaction à remplir immédiatement en fin de session
- ▶ À froid : enquête de satisfaction en ligne envoyée 15 jours après la fin de la session



## Attestation de formation délivrée en fin de session



**Personne en situation de Handicap** : si votre état de santé nécessite une prise en charge particulière, veuillez contacter notre référent handicap pour en étudier la faisabilité : [guidolin.c@chu-toulouse.fr](mailto:guidolin.c@chu-toulouse.fr) / 05 61 32 40 17

DEROULE PEDAGOGIQUE	
09h00  Organisation	<p>Ouverture de la session</p> <p>➤ <b>Quiz d'évaluation des pratiques sur la thématique du programme</b></p> <p>Les formations sont organisées en plusieurs modules pour une durée totale de 7 heures, réparties de la façon suivante :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apport théorique sur les TMS, le fonctionnement du corps humain</li> <li>2. Principes sécuritaires au travail</li> <li>3. Apprentissage d'exercices corporels de prévention des TMS</li> </ol>
Théorie (2h)  Pratique (5h)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Définitions et épidémiologies des TMS</li> <li>2. Éléments d'anatomie et de biomécanique des membres supérieurs et du rachis</li> <li>3. Les principales pathologies et conséquences</li> <li>4. Les facteurs de risque professionnels</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apprentissage d'exercices corporels pour la prévention du rachis et des membres supérieurs</li> <li>2. Organisation à son poste de travail</li> </ol> <p><b>Quiz d'évaluation des connaissances</b></p>
16h30 17h00	<p>Évaluation de la formation</p> <p><b>Objectif</b> : Évaluer le contenu de l'action, se positionner dans une démarche d'amélioration des pratiques grâce à celle-ci.</p> <p><b>Méthodes pédagogiques</b> : Échanges, enquêtes de satisfaction.</p>