




PRÉVENTION COLLECTIVE DES TMS SECTEUR LOGISTIQUE

| DUREE | TARIF | CONTACT |
|---------------------------------|---|--|
| 1 jour / 7 heures en présentiel | 270€/pers (-10% pour nos adhérents) Groupe : nous consulter | soula.s@chu-toulouse.fr |

| PUBLIC | FORMATEURS |
|----------------------|---|
| Personnel logistique | Kinésithérapeute et Cadre de santé formateur IFMK CHU Toulouse |

| PRE-REQUIS |
|------------|
| Aucun |

| OBJECTIFS |
|---|
|  <ul style="list-style-type: none"> • Connaître les principes sécuritaires du rachis et des membres supérieurs afin de pouvoir adopter des positions non délétères à son poste de travail • Reconnaître les situations à risque liées au travail et les moyens de les éviter. • Apprendre à organiser son poste de travail suivant les principes de prévention ergonomiques |
| MÉTHODES PÉDAGOGIQUES |
|  <p>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</p> |
| MODALITES D'EVALUATION |
|  <p><u>Evaluation des acquis</u> : Exercices, cas concrets, échanges avec le formateur. Un quiz pourra vous être proposé via un QR code en début puis en fin de session pour mesurer la progression de vos acquis.</p> <p><u>Evaluation de la formation</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ À chaud : fiche de satisfaction à remplir immédiatement en fin de session ▶ A froid : enquête de satisfaction en ligne envoyée quelques semaines après la fin de la session <p>Une attestation de formation individuelle vous sera délivrée en fin de session.</p> |

Personnes en Situation de Handicap : si votre état de santé nécessite une prise en charge particulière, veuillez contacter notre référente handicap : Mme Aurore PARÉ pare.a@chu-toulouse.fr / 05 61 32 43 97

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