



SPARTE TACTICAL MEDIC

FORMATIONS PRÉVENTION & SÉCURITÉ

DURÉE
1 JOUR
SOIT 7 HEURES



FORMATION TMS

MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX AGIR

PRÉVENIR LES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES AU TRAVAIL

Identifier les risques liés à l'activité physique, aménager les postes, appliquer les principes d'économie d'efforts et prévenir les risques liés au travail sur écran.



À L'ISSUE DE LA FORMATION
ATTESTATION DE FORMATION
REMISE AU PARTICIPANT



IDENTIFIER LES RISQUES

Repérer les facteurs de risques liés à l'activité physique au travail.



AMÉNAGER LES POSTES

Adapter les situations de travail pour limiter les contraintes physiques.



APPLIQUER LES PRINCIPES D'ÉCONOMIE D'EFFORTS

Adopter les bons gestes et postures pour préserver son corps au quotidien.



PRÉVENIR LES RISQUES LIÉS AU TRAVAIL SUR ÉCRAN

Mettre en place les bonnes pratiques pour un usage sain et ergonomique.



AU PROGRAMME

- ✓ Comprendre les TMS : causes, conséquences et chiffres clés
- ✓ Analyse des situations de travail et repérage des facteurs de risques
- ✓ Principes d'ergonomie et aménagement des postes
- ✓ Gestes et postures : techniques d'économie d'efforts
- ✓ Prévention des TMS liés au travail sur écran
- ✓ Mise en pratique et études de cas



À QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

- Responsable santé / sécurité
- Responsable production
- Responsable méthodes
- Responsable RH



BON À SAVOIR

Cette formation est une action de sensibilisation à la prévention des TMS.

**Elle ne constitue pas une formation PRAP
ni une certification INRS / Assurance Maladie.**



POUR ALLER PLUS LOIN

Pour proposer les formations officielles du dispositif TMS INRS / Assurance Maladie, il est nécessaire :

- d'être formateur certifié INRS (formation N11302)
- d'obtenir l'habilitation de son organisme de formation (dossier instruit par la Carsat / Cramif / CGSS – habilitation valable 5 ans).



**ANTICIPER, AMÉNAGER, AGIR : PRÉVENIR LES TMS,
C'EST PROTÉGER LA SANTÉ ET LA PERFORMANCE DE TOUS !**



SPARTE TACTICAL MEDIC
Bornel (60540)
Interventions : 60/95/75/77/78/92/93



06 34 87 00 17



contact.spartetacticalmedic@gmail.com



www.spartetacticalmedic.fr



Formation de sensibilisation à la prévention des TMS – Ne constitue pas une formation PRAP
ni une certification INRS / Assurance Maladie.