



## FORMATION « PREVENIR LES RISQUES »

# INTEGRER LA PREVENTION DU RISQUE PHYSIQUE LORS DE LA CONCEPTION OU DE L'AMENAGEMENT DE POSTES DE TRAVAIL

COMPRENDRE & ANTICIPER LE RISQUE TMS EN SECTEUR INDUSTRIEL  
ERGO METH POST

**5a**  
formations

### OBJECTIF

L'objectif de cette formation est de rendre les stagiaires capables de comprendre les principales données ergonomiques applicables à la conception et à l'aménagement de postes de travail, en vue de prévenir les risques et d'améliorer les conditions de travail.

### REGLEMENTATION

Article R4541-8 du Code du Travail

L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque définis par l'arrêté prévu à l'article R. 4541-6 ;

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

### PUBLIC

Personnels d'encadrement, personnels rattachés aux Méthodes, salariés de production ou de maintenance, représentants du personnel (CSE ou CSSTCT) amenés à participer à l'aménagement ou à la modification de postes de travail

Formation accessible aux Personnes en Situation de Handicap.

### PRE REQUIS

Aucun

### DUREE

7 h

### GROUPE

10 personnes maximum

### MOYENS PEDAGOGIQUES, TECHNIQUES & D'ENCADREMENT

Diaporamas & films  
Analyses de situation de travail & études de cas concrets  
Discussion de groupes & exercices pratiques d'application

Le formateur intervenant lors de ce stage possède une expérience de 15 ans dans la prévention des risques professionnels. Il est aussi agréé PRAP (INRS), et est enregistré comme IPRP sous le n°69/2013/194 auprès de la CARSAT Rhône Alpes.

### SUIVI DE L'ACTION & EVALUATION

La formation n'est pas sanctionnée par un test.  
La présence du (des) salarié(s) est suivie par une feuille de présence signée par demi-journée, et une attestation de présence de fin de stage vous est remise pour tout stage suivi dans son intégralité.

### LIEU

Formation animée de préférence dans vos locaux.

### PROGRAMME

Ce contenu est conforme au programme de référence INRS,  
ainsi qu'aux obligations des décrets du 14.05.91  
et du 03.09.92,  
et de l'article R.4541-8 du code du Travail

#### PARTIE THEORIQUE

##### LES TMS: QU'EST-CE QUE C'EST ?

Statistiques nationales  
La mécanique TMS (Troubles Musculo Squelettiques)  
Notions d'anatomie, physiologie  
Critères d'apparition des TMS: quels facteurs de trouble?  
Conséquences pour le salarié  
Conséquences pour l'entreprise  
Les pathologies possibles (accidents du travail & maladies professionnelles)

##### SE PROTEGER DES T.M.S

Notion de situation de travail (I TA MA MI)  
Les principes généraux de prévention  
Adapter le travail à l'Homme (principes généraux de prévention)  
L'organisation du poste de travail  
Réaliser des étirements (réveil musculaire et/ou récupération)  
Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort

##### ANALYSE DU RISQUE PHYSIQUE

L'importance de la démarche participative  
Adapter le travail à l'Homme / les 7 points clés de l'avant-projet:  
- organiser les espaces de travail (circulation & accès)  
- permettre la communication entre opérateurs  
- anticiper les contraintes de temps pour prévenir le stress  
- limiter/diminuer les nuisances (physiques, chimiques...)  
- présenter clairement les informations visuelles et sonores utiles  
- limiter la manutention, les efforts et le travail statique  
- dimensionner les postes de travail

#### PARTIE PRATIQUE

Exercices de mise en application sur les postes de travail  
Explicitation des besoins du poste  
Rapprochement avec les principes d'ergonomie

### LES + 5A FORMATIONS

Le formateur vous fait remonter "à chaud" en fin de la formation les éventuels besoins d'amélioration diagnostiqués, ou exprimés par les stagiaires.

Un compte rendu, synthétisant les points d'amélioration et les besoins exprimés par les stagiaires, est rédigé par notre formateur à votre demande.

### CONTACT

Par téléphone +33(0)7 77 32 77 96 de 9h à 17h  
Par mail 5aformations@gmail.com  
Référé handicap Laurent DANIEL +33(0)7 77 32 77 96  
Vous pouvez également nous retrouver sur notre site [www.5aformations.com](http://www.5aformations.com)

### TARIF

A partir de 1340€ HT / jour (hors tarif fidélité ou demande particulière)