

FORMATION OBLIGATOIRE  OUI  NON

# PRÉVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS) ET DES LOMBALGIES

## OBJECTIFS

- > Prévenir les TMS (troubles musculosquelettiques) et les maladies professionnelles rencontrées (lombalgie...),
- > Améliorer l'efficacité et l'ergonomie des postes de travail,
- > Participer à l'amélioration des conditions de travail en tenant compte des activités réalisées.

## INTERVENANTS



Thomas Lenoir, kinésithérapeute praticien et formateur

## DATES(S) / LIEU / HORAIRES

- > Dates à définir
- > Lieu à définir
- > 9h00 à 12h30 et 13h30 à 17h00

### Siège

#### INTERFACE ELEVAGE

 57 route de Samadet  
64410 Arzacq-Arraziguet  
 [interface-elevage.com](http://interface-elevage.com)

### Responsable de formation, gérante de la société

 Christine MEYMERIT  
 06 30 49 54 43  
 [interface.elevage@orange.fr](mailto:interface.elevage@orange.fr)

### Accueil téléphonique, assistante de formation, contact pour inscription

 Emilie LARRAS  
 07 88 72 62 28  
 [formation.interface.elevage@gmail.com](mailto:formation.interface.elevage@gmail.com)

# PRÉVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS) ET DES LOMBALGIES



## SANTÉ / SÉCURITÉ

### PROGRAMME

#### > Comprendre les troubles de TMS et connaître les facteurs de risques

- Anatomie du dos et des principales articulations, le travail physique au quotidien
- Les mécanismes physiologiques et psychologiques
- Risques pathologiques et conséquences sur la santé, signes cliniques, signes d'alerte
- Principe de sécurité physique et économie d'effort

#### > Évaluer les lombalgies et TMS sur les postes de travail, acquérir les recommandations pour optimiser la prévention

- Principaux troubles de TMS
- Conception des postes de travail selon les activités, ergonomie
- Prévention selon les situations : appropriation des techniques de manutention, les bases d'échauffements musculaires et d'étirements après efforts sur les lieux de travail
- Exercice pratique pour prévenir et atténuer les douleurs TMS – lombaires Le positionnement du formateur est de favoriser les échanges (questions/réponses) et de vérifier l'appropriation/compréhension des connaissances et savoirs faire attendus par le salarié apprenant.

#### > Bilan de la formation

#### DURÉE

1 JOUR  
(7 HEURES)

#### PUBLIC

AGRICULTEURS,  
SALARIÉS AGRICOLES

#### PRÉ-REQUIS

AUCUN

#### PÉDAGOGIE

MÉTHODE PARTICIPATIVE  
ET ACTIVE, EXERCICE EN  
PETITS GROUPE,  
ÉCHANGES,  
TÉMOIGNAGES

#### EVALUATION DES ACQUIS

AUTODIAGNOSTIC EN  
DÉBUT ET FIN DE  
FORMATION

#### COÛT PÉDAGOGIQUE

- AGRICULTEUR :  
180,83€ HT PAR  
PERSONNE ET PAR JOUR  
SOIT 217€ TTC PRIS EN  
CHARGE PAR VIVEA
- SALARIÉ AGRICOLE :  
196€ HT PAR PERSONNE  
ET PAR JOUR SOIT  
235,20€ TTC PRIS EN  
CHARGE PAR L'OPCO  
OCAPIAT.
- POUR LES AUTRES  
OPCO, NOUS  
CONSULTER

Pour réussir votre formation, notre organisme est en capacité d'adapter ses prestations aux éventuelles situations de handicap, temporaires ou permanentes. Une prise de contact est effectuée en amont afin d'étudier ensemble les possibilités d'accueil dans les meilleures conditions.

Indicateurs de performances : 95% de taux de satisfaction globale, 96% de taux de conformité sur les objectifs pédagogiques annoncés, 650 bénéficiaires en 2024.

Les conditions générales d'utilisation (CGU) sont disponibles sur demande et sur notre site internet.

