

PREVENTION DES TMS ET RISQUES PHYSIQUES POUR LES AGENTS DES SERVICES TECHNIQUES

(travaillant au sein des ateliers municipaux / communautaires)



Référente CDG	Géraldine LEVIER - 02.43.24.20.93 ou geraldine.levier@cdg72.fr
Lieu	Collectivités d'accueil du département de la Sarthe
Durée	<u>1,5 jour</u> : Jour 1 : 09h00 – 12h00 / 13h00 – 16h00 + ½ journée : 09h00 – 12h00
COÛT	225 € par agent + participation aux frais de déplacements du formateur
INTERVENANT	Un kinésithérapeute formateur en santé au travail agréé par France Prévention
PUBLIC	Agents des services techniques travaillant au sein des <u>ateliers</u> des services techniques / communautaires.
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> Permettre aux participants de préserver leur capital santé locomoteur, de réduire leurs risques physiques personnels et d'améliorer leur qualité de vie au travail. Permettre à la collectivité de réduire le risque physique et la pénibilité par une amélioration des situations à risques et des pratiques professionnelles.
DEMARCHES PEDAGOGIQUES	<p>Avant formation : Envoi d'un lien à chaque participant (directement à l'agent ou via sa collectivité) vers un questionnaire destiné à adapter le contenu de la formation aux problématiques de santé et aux environnements de travail.</p> <p>L'analyse des questionnaires sera réalisée par le kinésithérapeute formateur afin d'assurer la confidentialité des données.</p>
CONTENU	<p>Première séance de formation collective (6H)</p> <ul style="list-style-type: none"> Les TMS et le risque physique en collectivité et dans les services techniques, à partir des données CNRACL et des réponses au questionnaire préalable. Description et fonctionnement de l'appareil locomoteur (adaptés aux résultats de l'enquête et des bilans). Découverte corporelle et éducation gestuelle : gravité et équilibre, prédominances fonctionnelles et interdépendances, placement et

	<p>déplacement des membres inférieurs, alternances des appuis, placement du dos, décompression discale, dégagement abdominal, relâchement des épaules, utilisation de la respiration.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pratique de mouvements préventifs et/ou compensatoires : pratique en groupe et corrections individualisées. ▪ Initiation au port de charge en protection discale. ▪ Analyse de quelques situations de travail comportant un risque physique, à partir de FASR (Fiches d'Amélioration des Situations à risques) réalisées dans des services techniques de collectivités. ▪ Évocation des situations à risques rencontrées par les participants et priorisation de celles qui seront analysées à la session 2, à partir de prises de vue réalisées par les agents. ▪ Objectifs personnels et collectifs de mise en application pour la séance 2 : Relire le livret. Pratique individuelle des mouvements préventifs, au fil de l'eau, prises de vue de situations à risques et transmission au formateur. <p>Entre les 2 sessions</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les participants volontaires réalisent des prises de vue de situations comportant un risque physique et les transmettent au formateur ▪ Le formateur prépare une Fiche d'Amélioration des Situations à Risques (FASR) <p>Deuxième séance de formation collective (3H)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Débriefing des objectifs personnels et collectifs, de mise en application de l'inter séance ▪ Pratique de la routine de mouvements "Réveil PAMAL". ▪ Pratique de mouvements préventifs et/ou compensatoires : pratique en groupe et corrections individualisées. ▪ Projection de photos et/ou vidéos des situations de travail à risques transmises par les agents au formateur. ▪ Analyse des situations, propositions d'amélioration, rédaction de la FASR (Fiche d'Amélioration des Situations à Risques) en présence du conseiller de prévention. ▪ Objectifs personnels et collectifs de mise en application pour l'après-formation ▪ Évaluation de la formation par les participants (questionnaire d'évaluation + verbalisation). ▪ Synthèse de la formation en présence d'un responsable de la collectivité.
A PREVOIR PAR LES PARTICIPANTS...	<p>Venir dans une tenue confortable, propice à des exercices d'échauffement et d'étirement.</p> 
SUPPORT	<p>Un livret « Prévention des TMS chez les agents des services techniques » sera remis.</p>