







● Prévention & Santé au Travail · PREV 2

Prévention des Troubles Musculosquelettiques (TMS)








 Durée	7 heures — 1 journée
 Public visé	Salariés, managers, préventeurs — tous secteurs avec travail physique, répétitif ou sédentaire (87% des maladies professionnelles)
 Prérequis	Aucun
 Modalité	Présentiel — Intra sur site — Analyse des postes de travail incluse
 Effectif	Jusqu'à 12 participants
 Référentiel	Programme INRS — Priorité nationale INRS n°1 — COG AT/MP 2023-2028 Assurance Maladie

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

1. Comprendre les mécanismes de développement des TMS et les facteurs de risque
2. Identifier les facteurs biomécaniques, organisationnels et psychosociaux liés aux TMS
3. Analyser les situations de travail à risque TMS avec une méthode structurée
4. Proposer des mesures de prévention adaptées aux postes analysés
5. Contribuer à la mise en place d'un plan d'action de prévention des TMS

PROGRAMME DE FORMATION

M1	TMS — définitions, statistiques, pathologies les plus fréquentes (lombalgies, tendinites, canal carpien)
M2	Facteurs de risque — biomécaniques (postures, efforts, répétitivité), organisationnels, psychosociaux
M3	Méthode d'analyse des postes — observation, cotation, identification des situations critiques
M4	Leviers de prévention — aides techniques, organisation du travail, conception des postes
M5	Plan d'action — priorisation, intégration au DUERP, rôle de chacun

 Évaluation	Exercice d'analyse de poste en binôme — restitution des conclusions et propositions de prévention
 Sanction	Attestation nominative — Prévention des TMS
 Financement	OPCO (plan de développement des compétences) / Prise en charge directe employeur
 Délai d'accès	Délai d'accès : à partir de la signature de la convention de formation, la prestation est organisée dans un délai de 4 semaines en moyenne, selon les disponibilités du commanditaire et du formateur.
 Accessibilité	Adaptation sur demande selon la situation de handicap — Contacter le référent handicap au moins 15 jours avant le début de la formation
 Indicateurs	Taux de satisfaction stagiaires (sur 5) : À venir Taux de participants identifiant leurs facteurs de risque TMS : À venir Taux de réduction déclarée des inconforts à 1 mois : À venir
 Tarif	Sur devis — à partir de 450 € HT par session (demi-journée) ou 750 € HT par journée, selon le nombre de participants et le site d'intervention. Contactez-nous pour un devis personnalisé.