

# ADAPT métier - Agir sur les TMS et conditions de travail

Durée

Référence

1 jour

4201

7 heures

- Face à la problématique des Troubles Musculo-Squelettiques, nous permettons aux participants d'appréhender le fonctionnement du corps humain et ses limites pour lutter contre les mauvaises pratiques.
- L'Aide à la Démarche d'Amélioration des Postes de Travail (ADAPT) permet de travailler à partir des situations de travail de l'entreprise (photos, vidéos ou descriptif de la tâche réelle). Les participants vont identifier les atteintes à la santé et proposer des pistes d'actions.
- Un compte rendu vous est remis à l'issue de la formation détaillant la tâche / les risques / les propositions d'amélioration retenues par vos salariés.
- Vous pourrez construire un plan d'action basé sur les propositions de vos collaborateurs avec la possibilité d'un accompagnement par un de nos conseillers en prévention.

**Public cible :** Encadrement - Opérateurs - Préventeurs / QSE

**Objectifs :** Connaître et comprendre les risques différés pour la santé  
Identifier les mauvaises pratiques professionnelles  
Proposer des solutions d'amélioration

## Programme :

### La santé au travail

Distinguer risque à effet immédiat et différé  
Comprendre le processus d'apparition du dommage

### Connaître le fonctionnement du corps humain et ses limites

Décrire le fonctionnement du squelette, la colonne vertébrale, les muscles, les tendons, les nerfs, les postures  
Expliquer pourquoi ça fait mal.  
Identifier les quatre facteurs favorisant la survenue des douleurs (poids / gestes répétés – postures / vibrations / stress)

### Agir pour améliorer les conditions de travail

Proposer des pistes d'amélioration pérennes  
Utiliser 5 déterminants pour améliorer la situation de travail (5M)

### Mise en application des connaissances à partir de situations réelles de l'entreprise (préalablement sélectionnées)

Identifier les pratiques professionnelles pouvant engendrer des risques à effets différés  
Proposer des pistes d'action pour l'amélioration des conditions de travail

### Evaluation des acquis

Quiz

Effectif maximum : 12 participants  
Ce stage est organisé en mode INTRA-entreprise uniquement.

Un document de restitution vous sera remis présentant les situations de travail analysées et les propositions d'amélioration des participants

## Les +

La construction des échanges a pour point d'appui le travail réel de vos activités (photos, vidéos...).

Les solutions sont proposées par les acteurs de votre entreprise guidées par notre intervenant.

## Méthodes pédagogiques

Méthode participative  
Groupes de travail

## Niveau de connaissance préalable recommandé

Comprendre et lire le français  
Connaître les situations de travail liées aux activités de l'entreprise

## Sanction de stage

Attestation de formation