



FORMATIONS Pierre Flamion

SANTÉ & GESTES D'URGENCE



TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES -TMS : COMMENT PRÉSERVER SON CAPITAL CORPOREL ?

MANUTENTION & ERGONOMIE

Objectif



- Définir ce que recouvre la notion de Troubles Musculo-Squelettiques - TMS
- Apporter des connaissances anatomiques et biomécaniques :
 - Visualisation de la colonne vertébrale et des mouvements qu'elle réalise
 - Prendre conscience de son schéma corporel pour identifier les situations à risque
- Initier et éduquer aux principes et gestes de prévention des Troubles Musculo-Squelettiques

Public



- Cette formation s'adresse à tous les publics

Programme



LES TMS UN ENJEU DE PERFORMANCE ET DE BIEN-ÊTRE DANS L'ENTREPRISE

- Définitions
- Réglementation
- Facteurs de risque
- Données statistiques
- Pathologies liées à la manutention manuelle

PRENDRE CONSCIENCE DE SON SCHÉMA CORPOREL POUR RESTER DANS UN ÉTAT DE 'BONNE SANTÉ'

- Anatomie de la colonne vertébrale
- Physiologie et biomécanique de la colonne vertébrale
- Apprentissage du verrouillage lombaire rachis

ANALYSER LES SITUATIONS À RISQUE ET APPORTER DES SOLUTIONS NON TRAUMATISANTES ET ADAPTÉES À LA SITUATION :

- Analyse par le biais d'ateliers pédagogiques, jeux de rôle, mises en situation
- Groupe de réflexion afin de déterminer les problématiques et les besoins de chacun





TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES -TMS : COMMENT PRÉSERVER SON CAPITAL CORPOREL ?

Programme (Suite)



APPRENTISSAGE DES GESTES ET ATTITUDES NON TRAUMATISANTES POUR LA COLONNE VERTÉBRALE

La formation est divisée en deux parties : Théorique et pratique. Une enquête est menée pour déterminer les problématiques rencontrées dans les différents postes de l'entreprise. La partie pratique de la formation est adaptée aux postes occupés dans la structure, elle est malléable pour répondre aux besoins de l'entreprise et de ses employés. Il est donc conseillé de ne pas mixer les participants pouvant occuper des postes rencontrant des problématiques différentes.

Méthode & moyens pédagogiques



- Vidéoprojecteur
- Questionnaire
- Fiches techniques de postures
- Apports théoriques
- Ateliers pédagogiques
- Jeux de rôle
- Mises en situation adaptées au contexte de chacun

Formateur



L'intervenante dédiée pour cette mission est Ostéopathe D.O. Pour partager tout l'intérêt qu'elle porte à l'équilibre du corps humain, elle a également suivi une formation de formatrice qui lui a permis d'acquérir les outils pédagogiques nécessaires à une bonne transmission de son savoir.

Ses expériences :

- Formation d'ostéopathe en 5 ans (École d'ostéopathie Avignon - IFOGA)
- Diplôme ostéopathie du sport
- En cabinet libérale : Installation et pratique en Vaucluse
- En milieu sportif : Observation et suivi de joueurs en rugby et handball

Responsable pédagogique



Pierre FLAMION, ancien enseignant CESU, titulaire d'un DIU enseignement soins d'urgence et risques sanitaires. Infirmier anesthésiste avec 15 ans d'expérience dans les SAMU de la région parisienne (94 et 92). Il est également réserviste d'intervention auprès de l'EPRUS (Etablissement de Préparation et de Réponse aux Urgences Sanitaires) à la Plaine Saint-Denis (93). Au cours de ces années, il a effectué différentes missions « sanitaires » dans les soins d'urgence à l'étranger : Pakistan, Haïti, Gabon, Côte d'Ivoire...

Durée



- 2 jours

Lieu



- Sur site
- Minimum 6 personnes
Maximum 12 personnes