

SUIVI VIDEO « DOS et TMS »

PREREQUIS : Avoir suivi la formation « Prévenir les atteintes du dos et des TMS »

PUBLIC : Environ 10 participants.
DUREE : 1 jour (7 h) ½ groupe le matin et ½ groupe l'après midi

MODALITE, DELAI D'ACCES et TARIF : Nous contacter

OBJECTIFS OPERATIONELS

- ◇ S'assurer de la bonne compréhension des acquis de la formation « prévenir les atteintes du dos et des TMS »,
- ◇ Lever les derniers freins à la mise en place de gestes adaptés aux postes de travail.
- ◇ Rappeler l'importance de l'hygiène de vie.

INTERVENANT

Professionnel de la santé ou du sport (ostéopathe, kinésithérapeute, ...)

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Analyse vidéo sur les postes de travail.
- Apports théoriques et méthodologiques/ diaporama en alternance avec des questions/réponses.
- Tour de table, échanges.

EVALUATION

- Validation des acquis via un questionnaire et remise d'une attestation de suivi de stage.

FORMULE

En intra et en Inter

PROGRAMME

Analyse vidéo des participants sur leurs postes de travail.(1 h)

Projection en salle et commentaires : (1 h)

mise en évidence des corrections à apporter sur les gestes et postures. Prise en compte des suggestions émises par les participants.

Révision des apports théoriques (30 min)

Questions/réponses

Rappel de l'intérêt de l'entretien physique et de l'hygiène de vie. (30 min)

Conclusion, tour de table :

Motivation et objectifs de chacun. (15 min)

QCM, réévaluation des connaissances acquises.

5

Points forts

- Pédagogie active et interactive.
- Alternance de théorie et pratique.
- Mise en pratique immédiate des acquis.