

# E-LEARNING GESTES ET POSTURES PRÉVENTION SÉCURITÉ

**NEO  
FORMA**

## OBJECTIFS DU E-LEARNING



- Étudier et prévenir les risques d'apparition des TMS
- Étudier et appliquer les principes d'ergonomie sur les postes de travail de l'entreprise
- Former les stagiaires à une gestuelle optimale et réflexe lors de leur activité
- Améliorer les conditions et la qualité de vie du travail
- Adopter une bonne hygiène de vie pour prévenir des TMS

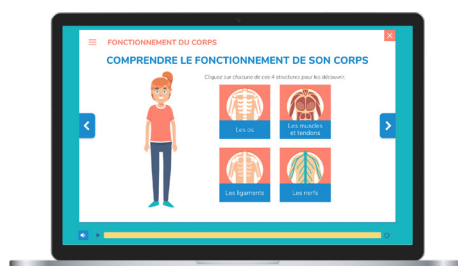
## PROGRAMME DU E-LEARNING



- Introduction : Gestes et postures et Prévention des Troubles Musculo-Squelettiques
- Comprendre le fonctionnement du corps
- Risques professionnels : accident du travail, arrêt de travail et maladie professionnelle, TMS
- Principes d'économie d'effort et de sécurité physique pour prévenir des TMS
- Techniques spécifiques en fonction de l'activité
- Gestes de la vie quotidienne : la santé ne s'arrête pas au travail
- Hygiène de vie

## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- Participation permanente du stagiaire
- Mise en situation des participants (Situations à Résolution de Problèmes)



## DIFFUSION

Sur la plateforme LMS Neo Forma



Possibilité de créer un module sur-mesure



**PUBLIC**

Toute personne exposée  
aux TMS

**PRÉ-REQUIS**

Aucun pré-requis

**DURÉE**



30 min



**VALIDATION**

Quizz de validation et  
remise d'une attestation  
individuelle de formation