

## PRÉVENIR ET LUTTER CONTRE LES TMS (TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES)

Formation des membres du CSE/de la CSSCT > Exercer les missions SSCT de son mandat d'élue(e) du CSE/de la CSSCT

### OBJECTIFS

1. Comprendre les enjeux et les impacts des TMS sur la santé des travailleurs.
2. Identifier les facteurs de risque liés aux TMS dans le contexte professionnel.
3. Maîtriser les outils de prévention et les actions à mettre en place.
4. Savoir intervenir en tant que représentant du personnel pour promouvoir la santé musculo-squelettique.

### CONTENU

#### Module 1 : Introduction aux TMS

- Définitions et types de TMS.
- Statistiques et coûts liés aux TMS.
- Impact sur la productivité et la qualité de vie au travail.

#### Module 2 : Facteurs de Risque et Évaluation

- Identification des postures à risque.
- Analyse des gestes répétitifs et contraintes physiques.
- Outils d'évaluation des risques TMS.

#### Module 3 : Ergonomie et Aménagement du Poste de Travail

- Principes de base de l'ergonomie.
- Adaptation des postes de travail.
- Utilisation des équipements ergonomiques.



**Visez le sommet.  
Formez vos équipes.**

#### Publics

Tous les membres du CSE  
(Comité Social et Économique)  
et/ou de la CSSCT (Commission  
Santé, Sécurité et Conditions  
de Travail)...

#### Pré-requis

Aucun

#### Durée

1, 2 à 3 jours  
Modulable selon votre projet  
et vos réalités

#### Tarif

Inter-entreprises: 650 euros HT  
Intra-entreprise: votre devis sur  
mesure, contactez-nous !

#### Modalités

Intra / Inter entreprises  
Présentiel / distanciel



## PRÉVENIR ET LUTTER CONTRE LES TMS (TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES)

Formation des membres du CSE/de la CSSCT > Exercer les missions SSCT de son mandat d'élu(e) du CSE/de la CSSCT

### CONTENU (SUITE)



**Visez le sommet.  
Formez vos équipes.**

#### Publics

Tous les membres du CSE  
(Comité Social et Économique)  
et/ou de la CSSCT (Commission  
Santé, Sécurité et Conditions  
de Travail)...

#### Pré-requis

Aucun

#### Durée

1, 2 à 3 jours  
Modulable selon votre projet  
et vos réalités

#### Tarif

Inter-entreprises: 650 euros HT  
Intra-entreprise: votre devis sur  
mesure, contactez-nous !

#### Modalités

Intra / Inter entreprises  
Présentiel / distanciel

#### Module 4 : Prévention et Sensibilisation

- Campagnes de sensibilisation auprès des employés.
- Communication et promotion des bonnes pratiques.
- Rôle du CSE/de la CSSCT dans la prévention des TMS.

#### Module 5 : Interventions et Accompagnement

- Procédures d'intervention en cas de signalement de TMS.
- Accompagnement des salariés affectés.
- Rôle des instances représentatives du personnel et relations avec la direction.



## PRÉVENIR ET LUTTER CONTRE LES TMS (TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES)

Formation des membres du CSE/de la CSSCT > Exercer les missions SSCT de son mandat d'élue(e) du CSE/de la CSSCT

### MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

#### Inclus dans chacune de nos formations

##### Entretien Expert

Nous analysons et co-construisons des solutions adaptées. 1ère étape de l'ascension ! En mode guide

##### Plan d'Action Participant

Nous individualisons nos préconisations pour une amélioration de vos pratiques quotidiennes, en mode conseil

##### Kit Outils USB

Nous vous armons, pour la mise en pratique, en mode ninja

##### SAV

Nous ne vous lâchons pas, pour le passage à l'action dans la durée, en mode accompagnement

##### Hotline

Nous sommes à votre écoute, telles une oreille et une épaule disponibles, en mode coach

##### Goodies

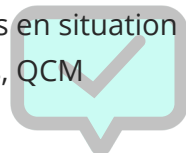
Nous vous gâtons, pour le plaisir d'offrir, de l'utile pas de futile, en mode bienveillant

#### Méthodes pédagogiques

- Active
- Participative
- Expérientielle
- Démonstrative
- Interrogative
- Expositive
- Innovante
- Collaborative
- Pratique
- Orientée terrain

#### Moyens pédagogiques

- Tableau blanc / Paper board
- Ecran ou moyen de vidéo-projection
- PC et moyens apprenants
- Jeux pédagogiques
- Supports de cours
- Exercices, cas pratiques
- Mises en situation
- Tests, QCM



**Chez Bimalaya, la formation ne s'arrête pas à 17h !  
Nous assurons un suivi post-formation et vous accompagnons  
dans la réalisation et la réussite de vos projets.**

## PRÉVENIR ET LUTTER CONTRE LES TMS (TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES)

Formation des membres du CSE/de la CSSCT > Exercer les missions SSCT de son mandat d'élue(e) du CSE/de la CSSCT

### ÉVALUATION

La progression et l'évaluation des acquis est primordiale chez Bimalaya, les compétences des apprenants sont évaluées tout le long du processus d'apprentissage.

AVANT : questionnaire et évaluation préformation

PENDANT : mises en pratique, tests, QCM

APRES : questionnaire et évaluation postformation

### ACCOMPAGNEMENT

Chez Bimalaya, l'accompagnement est global, auprès des apprenants, auprès des entreprises, auprès des partenaires et institutionnels.

AVANT : entretien qualitatif et co-construction du sur-mesure

PENDANT : facilitation des process administratifs

APRES : suivi dans la durée garanti

**Bimalaya s'engage à offrir des programmes de qualité avec une approche efficace, transparente et respectueuse pour accompagner vos salariés dans leur ascension jusqu'à leurs objectifs professionnels.**



**Visez le sommet.  
Formez vos équipes.**

#### CONTACTEZ-NOUS !

✉ [contact@bimalaya.fr](mailto:contact@bimalaya.fr)

☎ 02 36 43 02 75

🌐 [www.bimalaya.fr](http://www.bimalaya.fr)



# Bimalaya

Visez le sommet.  
Formez vos équipes.

**Merci pour l'intérêt que vous portez à nos formations.**

Nous vous rappelons que tous nos programmes de formation sont transmis à titre indicatif et feront l'objet d'une éventuelle adaptation à vos contextes, réalités, projets, enjeux...

**À bientôt  
pour une nouvelle ascension !**

**[www.bimalaya.fr](http://www.bimalaya.fr)**

