

Type de public : Tous salariés

Prérequis : Comprendre et lire le français, aucune connaissance particulière n'est requise

Intervenants : Formateur - Masseur-kinésithérapeute, Ostéopathe spécifiquement formé à la prévention des TMS
(cf liste détaillée ci-après)

Nombre de participants minimum : 5 par atelier

Nombre de participants maximum : 25 par atelier

Coût de l'intervention : sur devis

Durée de l'intervention : 11h dont 7h en collectif et 4h en individuel pour les salariés participant au programme

Dates, lieux, disponibilité : dans les locaux de l'entreprise, salle équipée de vidéo projecteur et de chaises pour les ateliers, espace dégagé pour la réalisation des séquences d'exercices collectifs et espace privatif pour les bilans individuels.

Accessibilité : Contactez-nous de manière à anticiper au mieux l'adaptation de l'environnement, de la pédagogie, du contenu et des évaluations de formation

Objectifs du module

- Faire **prendre conscience** au participant qu'il doit être acteur d'une démarche de prévention des TMS
- **Apporter des connaissances** sur le fonctionnement du corps et faire le lien avec les situations de la vie professionnelle
- **Enseigner des exercices de prévention** adaptés à la personne et à son activité professionnelle
- **Améliorer** durablement le fonctionnement du corps du salarié
- **Diminuer les gênes et les douleurs et le risque de développer un TMS**

Méthodologie pédagogique

Alternance des séquences collectives et individuelles /présentation collective à partir de diaporamas et d'animations 3D et séquence d'échange interactif /bilans individualisés/enseignement d'exercices de prévention adaptés et individualisés.

Afin d'atteindre les objectifs définis, **deux méthodes complémentaires** ont été choisies :

- La **méthode affirmative** :

Exposé des contenus théoriques par le formateur à travers la présentation de diaporamas et de vidéos.

Démonstrations telles que les exercices individuels et collectifs

- La **méthode participative** :

Participation active des salariés à travers les exercices. Visant à créer une dynamique de groupes.

En 2023



Note de satisfaction **9.69/10**



84% des salariés constatent
une amélioration de la douleur

Prévention des TMS

Intervenants (suivant les sessions)



Thierry Marc - MKDE, Cadre de Santé - Expert HAS Epaulé
Président de la Société Française de Rééducation de l'Epaulé (SFRE)
Fondateur de la Méthode CGE[®] - Préventeur TMS



Jérémy BOISSIER - MKDE - Préventeur TMS
Enseignant, maître de stage et examinateur (IFMK Dax)



Agnès CAUBEL - MKDE - Exerce en centre de rééducation spécialisée Pôle membre supérieur - Membre actif de la SFRE
Formatrice en thérapie manuelle depuis 2007 - Préventrice TMS



Damien CORNEVIN - MKDE - Formateur depuis 2012
Préventeur TMS - Trésorier de la SFRE - Membre de la SFMKS
(Société Française des Masseurs-Kinésithérapeutes du Sport)
Membre du réseau Prévention Main Ile de France (RPM IDF)



Antoine Délétang - MKDE - Préventeur TMS



Aurélien Denis - MKDE - Préventeur TMS



Jonathan GALLAS - MKDE - Préventeur TMS



Vincent GLEMET - MKDE - Exerce en cabinet de rééducation spécialisée - Préventeur TMS



Véronique JOUSSE - MKDE - Formatrice depuis 2014 - Préventrice TMS
Membre actif de la SFRE



Marine De Oliveira - Ostéop - Préventrice TMS



Agnès LAPLANE - MKDE - Préventrice TMS



Sandrine LE GOUIL - MKDE - Préventrice TMS



Florian MARQUIE - MKDE - Préventeur TMS



Gilles MASSON - MKDE - Préventeur TMS



Sébastien Mathieu - MKDE - Préventeur TMS



Antoine MENGIN - MKDE - Préventeur TMS



Thomas RAYER - MKDE - Préventeur TMS



Julien SAUROIS - MKDE - Préventeur TMS



Simon PADDY - MKDE - Préventeur TMS



Françoise ULRICH - MKDE - Préventrice TMS



Virginie VIGOUROUX - MKDE - Préventrice TMS

Suivi et évaluation

Questionnaire d'évaluation des acquis de la formation + questionnaire d'évaluation de la satisfaction à chaud.

L'atelier collectif fera l'objet d'une synthèse reprenant notamment les acquis des participants.

Les bilans individuels réalisés au long de l'action ne pourront être communiqués à la direction. Ils feront néanmoins l'objet d'un traitement anonyme permettant de recenser les douleurs et dysfonctionnements ou déséquilibres ressentis par les salariés ou identifiés par l'intervenant.

Ces bilans étant renseignés lors de chaque intervention, feront l'objet de traitements statistiques.

Leur analyse permettra d'évaluer l'efficacité de l'action en interne.

Les informations statistiques seront communiquées sous forme de synthèse anonyme à la direction à S+1, M+3 et M+6.