DÉTECTION PRÉCOCE DES TMS

Connaissance approfondie des pathologies professionnelles

PROGRAMME

Identifier les troubles musculo-squelettiques
- Définir les TMS et maîtriser les facteurs de risque
- Identifier les pathologies :
  - tendineuses
  - musculaires
  - articulaires
- Comprendre les atteintes nerveuses

Repérer les pathologies rachidiennes
- Définir l'atteinte vertébrale concernée par les trajets nerveux
- Identifier les déséquilibres du bassin
- Utiliser les repères osseux et musculaires
- Pratiquer des tests spécifiques

Connaître les tests du membre supérieur
- Les tests des pathologies nerveuses
- Les blocages articulaires
- Les atteintes des tendons :
  - la coiffe des rotateurs
  - les épicondylalgies
  - les extenseurs du pouce

Comprendre les pathologies du membre inférieur
- Identifier les douleurs de hanche
- Les tests méniscaux, patellaires et achilléens
- Connaître les signes de gravité des entorses
- Les douleurs et les pathologies du pied

Percevoir le corps de façon holistique
- Les capteurs principaux de la posture
- Les signes physiques des dérèglements neuro-végétatifs
- Repérer les compensations
- Identifier les lésions fonctionnelles
- Comprendre les pathologies liées au surmenage physique
- Découvrir le rôle des fascias

Compléter les écrits professionnels
- Utiliser des fiches de bilan ostéo-articulaire
- S'appuyer sur des tableaux de synthèse

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

Plan d'action TMS

DATES
18 au 20 septembre 2024
12 au 14 mars 2025
26 au 28 mai 2025
15 au 17 septembre 2025

ESPACE DE FORMATION
Paris-Montparnasse

DURÉE		
3 jours	2705 € ht repas inclus	RÉF. BILO

OBJECTIF

Détecter et objectiver l'évolution des pathologies professionnelles de l'appareil locomoteur en tenant compte des sollicitations bio-mécaniques du milieu professionnel et ainsi participer à la prévention de la désinsertion professionnelle.

COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Faire le rapprochement entre les douleurs ressenties par une personne et les structures du corps concernées (tendon, muscle, cartilage, nerf...)
- Percevoir les zones de fragilité individuelle de l'appareil locomoteur qui peuvent poser des problèmes ou s'aggraver sur certains types de postes de travail
- Détecter les pathologies ostéo-articulaires et les évolutions probables selon les sollicitations professionnelles et de ce fait permettre une adaptation des postes de travail pour faciliter le maintien dans l'emploi
- Repérer les signes de gravité des lésions de l'appareil locomoteur nécessitant des examens complémentaires
- Identifier les gestes à limiter afin d'éviter l'aggravation des compensations ou des douleurs physiques
- Intégrer à ses écrits médicaux, des fiches de bilan de détection des TMS

PUBLIC CONCERNÉ

- Médecin du travail, infirmier(e) du travail
- Préventeur, HSE
- Ergonome

INCLUS

> Module e-learning «Bilan ostéo-articulaire du membre supérieur»

> Bilan prévention
Accès disponible pendant 3 mois

INSCRIPTION EN LIGNE

Inscrivez vos collaborateurs à cette formation directement depuis ce document PDF

Cliquez ici pour commencer

Formation animée par :
VIRGINIE & ROMUALD ABADIE

- Masseurs-Kinésithérapeutes et ostéopathes reconnus
- 20 ans d'expérience terrain sur la prévention des TMS
- Membres de l'équipe médicale de la fédération française de gymnastique
- Ex-athlètes de haut niveau

«Nous vous proposons une formation vivante et interactive basée sur des apports anatomiques et des tests cliniques adaptés aux pathologies du monde du travail (études de cas, travail sur des situations réelles...). Notre objectif est de vous transmettre les connaissances nécessaires à la prévention de la désinsertion professionnelle en détectant de façon précoce l'altération des structures musculo-squelettiques.

Nous sommes à votre écoute pour échanger et vous apporter des réponses concrètes afin que vous puissiez mettre en pratique vos connaissances dans votre contexte professionnel.»

Virginie & Romuald ABADIE

Pré-requis : Aucun

LES + DE VOTRE FORMATION

VOTRE SUIVI PEDAGOGIQUE

Votre conseillère pédagogique vous aide à définir votre projet, vous accompagne dans votre démarche, assure le suivi des questions et le lien avec le formateur. L'évaluation de vos acquis se fait par l'intermédiaire du module e-learning associé à votre formation.

VOTRE FORMATION

L'échange est privilégié pour que vous repartiez de la formation avec des outils concrets et adaptés à votre environnement professionnel. Nos salles de formation disposent de tous les outils nécessaires à la pratique et à la compréhension des techniques permettant d'établir un bilan ostéo-articulaire (tables d'examen, squelettes, figures anatomiques, dynamomètre...).

VOTRE ESPACE STAGIAIRE EN LIGNE

Vous bénéficiez d'un espace stagiaire en ligne qui vous permet de retrouver l'ensemble de vos documents administratifs (convocation, attestation de stage) ainsi que les différentes ressources associées à votre stage. Votre espace stagiaire en ligne vous permet également de poser toutes vos questions ou de laisser vos commentaires. Il est accessible **15 jours** avant la date de début de votre stage.

Connexion

Connectez-vous à votre espace personnel

Email

Mot de passe

Valider

Cliquez pour vous connecter :

https://stagiaire.c3s.fr

- Recevez vos convocations et attestations
- Consultez des ressources complémentaires
- Posez vos questions
- Suivez l'actualité C3S
- Accédez à la plateforme E-learning C3S

INFOS PRATIQUES

C3S
Prévenir, c'est agir
SANTÉ SÉCURITÉ SPORT

HORAIRES

Le premier jour de formation commence à 9h30, les jours suivants à 9h00.
Les formations se terminent à 17h10.

ACCESSIBILITÉ

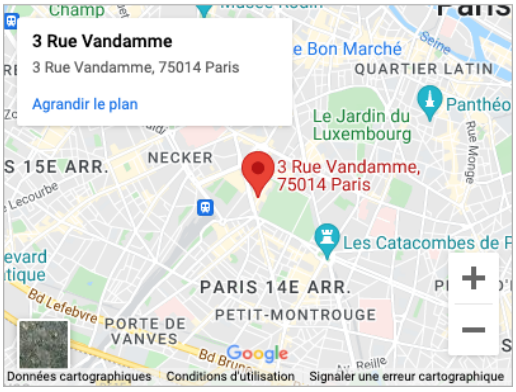
Les salles de formation, basées au Mans et à Paris, sont toutes les 2 accessibles par les transports en commun (train, bus, métro pour Paris du fait de la proximité avec la gare Montparnasse et bus et tramway pour Le Mans).

Pour les stagiaires utilisant une voiture, il y a possibilité de stationner dans des parkings situés à proximité de chacun des sites.

Un accès pour personne à mobilité réduite est prévue dans chaque établissement. Un ascenseur permet d'accéder à nos salles de formation parisiennes situées au 1er étage du bâtiment. Un accès s'effectue de plain pied pour les salles de formation du Mans.

PLANS D'ACCES

3 rue Vandamme
75014 PARIS-MONTPARNASSE



VOIR LE PLAN

38 rue Arnold Dolmetsch
72000 LE MANS

VOIR LE PLAN

Votre contact
Anne-Françoise ALLAIN
02 43 23 09 23 - formation@c3s.fr

www.c3s.fr