PRÉVENTION DES ACCIDENTS DE PLAIN-PIED

Stratégie d'équilibre

PROGRAMME

L'accident de plain-pied
- C'est quoi un accident de plain-pied ?
- Les éléments matériels de l'accident de plain-pied
- La place du stress et de la fatigue dans l'accidentologie
- L'hygiène de vie : sommeil, alimentation, hydratation

Physiologie de l'équilibre de la marche humaine

Le travail en double tâche et ses implications physiologiques

Le handicap acquis et inné

Actions de prévention collectives
- Réalisation d'un plan collectif de prévention des accidents de plain-pied

Actions de prévention individualisées
- Exemples à ne pas suivre
- Mise en situation pratique
- Réalisation de tests fonctionnels et mesures individuelles
- Réalisation d'un plan individuel de prévention des accidents de plain-pied

• INTER • INTRA • SUR-MESURE

DATES
06 au 07 octobre 2026
01 au 02 mars 2027
04 au 05 novembre 2027

ESPACE DE FORMATION
Paris-Montparnasse

DURÉE		RÉF.
2 jours	**2290 € ht** repas inclus	**CHUT**

Culture prévention et risques pro

OBJECTIF

Prévenir les risques collectifs et individuels de plain-pied

COMPÉTENCES À ACQUÉRIR

- Identifier ses stratégies d'équilibre et les développer
- Mettre en place des actions de prévention individuelles et collectives
- Quantifier l'absence de réalisation du risque (arbre des causes)
- Organiser des déplacements, modifier des espaces de circulation et des espaces professionnels
- Réaliser et faire réaliser des exercices d'équilibre
- Définir son plan d'action, ses protocoles et son plan de continuité d'activité

PUBLIC CONCERNÉ

Tout public

INCLUS
Modules e-learning
«Chute de plain-pied» et
«Télétravail et risque de chute»

INSCRIPTION EN LIGNE
Inscrivez vos collaborateurs à cette formation directement depuis ce document PDF

Cliquez ici pour commencer

Formation animée par :
FABRICE MEUNIER CARUS

- Masseur-Kinésithérapeute, ostéopathe spécialisé dans la rééducation des troubles de l'équilibre
- Kinésithérapeute du sport
- Chargé de cours DIU de médecine manuelle et physique - Université de médecine de Lyon

«Cette formation se veut très interactive, elle va vous permettre de prendre conscience de la réalité des accidents de plain-pied en s'intéressant à la fois à l'environnement mais également à l'individu.»

Fabrice MEUNIER CARUS

Pré-requis : Ne pas être en situation de handicap ponctuel (fracture, entorse...)

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. Suite à la formation, vous avez accès à la validation de vos acquis en ligne.

VOTRE FORMATION

Cette formation, très pratique, va vous permettre de mieux appréhender le risque «chute de plain pied» et de mettre en place des actions de prévention organisationnelle et humaine dans votre entreprise pour lutter efficacement contre ce risque.

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