



Prévention des troubles Musculo-squelettiques

Durée de la formation : 1 jour : 7 heures

Nombre de stagiaires minimum : 5

Nombre de stagiaires maximum : 12

Accessibilité aux personnes en situation de handicap : Contactez-nous en vous inscrivant de manière à anticiper au mieux l'adaptation de l'environnement, de la pédagogie, du contenu et des évaluations de votre formation

Coût de la formation : A partir de 200 par stagiaire, nous contacter pour plus de précisions : contact@j2sformation.fr

Pré-requis : Personnes travaillant auprès de personnes âgées et/ou dépendante

Pré-requis techniques : Lors de la formation, merci de vous munir d'un smartphone ou une tablette afin de remplir les évaluations en ligne.

Dates : A déterminer suite à l'entretien préalable, nous contacter : contact@j2sformation.fr

Lieu : Sur site, pour toutes adaptations, nous contacter : contact@j2sformation.fr

Délai d'accès : Sous 1 mois



Prévention des troubles Musculo-squelettiques

Objectifs de la formation :

- Adopter une gestuelle et une posture optimales dans la vie quotidienne au travail
- Améliorer les conditions et la qualité de vie au travail
- Adopter une bonne hygiène de vie pour prévenir les TMS

Méthodes :

Echanges d'expériences

Support de cours formation TMS : prévention des troubles musculo-squelettiques

Mise en situation pratique des participants par des cas cliniques

Participation active des stagiaires dans la cadre d'ateliers. Visant à créer une dynamique de groupes, à l'interrogation de chacun sur ses propres pratiques, à la confrontation entre stagiaires, à la mise en application des enseignements théoriques et pratiques.

A l'issue de la formation, les participants auront accès a des vidéos récapitulatives

Evaluations :

Evaluation des connaissances réalisées à partir d'un questionnaire en début et en fin de formation.

Evaluation de la pratique par le formateur tout au long de la formation.

Evaluation de la satisfaction à chaud réalisée à la fin de la formation.

Formateur: Formateur agréé par l'institut J2S Formation.



Prévention des troubles Musculo-squelettiques

1 5 m i n	Accueil des participants
1 5 m i n	Présentation du formateur Présentation des stagiaires Déroulé de la journée Questionnaire préformation
1 h 1 5	Evaluation des connaissances pratiques Mise en situation Echange sur les problématiques rencontrées
1 5 m i n	Pause
1 h 3 0	Apprentissage théorique
1 H 0 0	Pause déjeuner
1 h 4 5	Mise en pratique Echanges entre les différentes personnes du groupe
1 5 m i n	Pause
1 H 0 0	Cas Cliniques Mise en situation pratique
3 0 m i n	Questions et discussion Bilan Questionnaire de fin de formation

Critère de satisfaction :

Nb de stagiaires : 9

Taux de satisfaction des stagiaires : 100%

100% recommande notre formation

Version juin 2025