



DUREE

11H

1 JOUR + 1 DEMI-
JOURNÉE (UN
MOIS APRES)

Prévention des TMS (Troubles Musculosquelettiques)

Optimisez votre confort au travail et prévenez les troubles liés à votre posture et à votre environnement professionnel.



Objectifs pédagogiques :

Comprendre l'intérêt de la prévention en santé physique au travail

Connaître les mouvements préventifs aux TMS

Découvrir sa physiologie et son fonctionnement physique

Repérer et analyser les situations à risque

Diversifier son approche corporelle dans ses actions au travail

