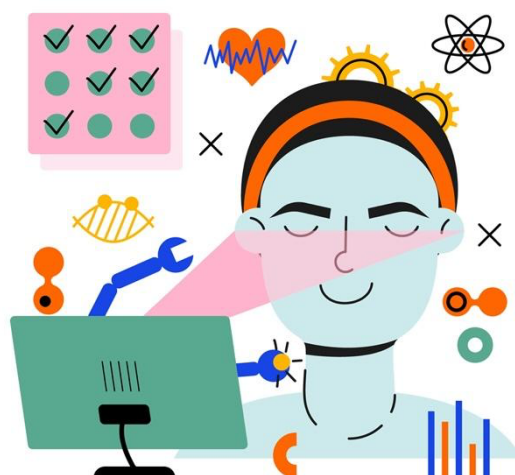




PROGRAMME DE FORMATION



PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX ET DES RISQUES DE TROUBLES MUSCULOQUELTTIQUES



CONTEXTE ET ENJEU DE LA FORMATION

Selon une actualisation des connaissances publiée par l'**INRS** en **décembre 2024**, fondée sur l'analyse de **plus de 800 études internationales**, l'exposition aux **facteurs de risques psychosociaux (charge de travail, exigences émotionnelles, manque d'autonomie, qualité des relations de travail, etc.)** est associée à plusieurs effets sur la santé des salariés, dont **les troubles musculosquelettiques (TMS)**. Ces travaux confirment que les RPS constituent un facteur contributif important dans l'apparition ou l'aggravation des TMS. Ainsi, l'enjeu de cette formation est de sensibiliser les participants à l'identification de ces risques et de leur donner des repères pour adopter des pratiques favorisant la prévention, le bien-être au travail et la réduction des situations à risque.

OBJECTIF GÉNÉRAL DE LA FORMATION

Être capable de prévenir les Risques Psychosociaux et les Risques de Troubles musculosquelettiques.

CONTENU

Objectif pédagogique n°1

Définir les RPS et les TPS

Connaître les RPS et les TMS

- Découvrir et définir la notion de santé et de santé mentale
- Connaître les définitions des différents types de RPS
- Identifier les pathologies et les plaintes en lien avec les TMS
- Repérer les comportements / postures accentuant les TMS

Objectif pédagogique n°2

Repérer les facteurs de cause communs aux RPS et TMS

Repérer les facteurs de cause RPS et de TMS reconnues scientifiquement

- Identifier les 4 familles / facteurs de risques de TMS
- Comprendre les 4 facteurs communs aux RPS et TMS

Objectif pédagogique n°3

Comprendre les conséquences sur la santé et l'organisation du travail

Identifier les signaux et les conséquences de l'exposition aux RPS et aux risques de TMS

- Repérer les signaux d'alerte faibles et forts

- Identifier les conséquences principales sur la santé mentale et physique de l'exposition aux RPS
- Identifier les conséquences principales des TMS sur la santé mentale et physique
- Comprendre les conséquences sur le collectif de travail et sur l'organisation du travail

Objectif pédagogique n°4

Identifier le cadre juridique et les acteurs de la prévention

Identifier les RPS comme un risque professionnel

- Connaître le cadre réglementaire de la prévention applicable aux RPS et aux TMS
- Identifier les acteurs internes et externes de la prévention et leurs rôles

Objectif pédagogique n°5

Mettre en œuvre les actions de prévention

Repérer les actions de prévention primaire et les différencier des autres types d'actions

- Connaître les niveaux de prévention : primaire, secondaire et tertiaire
- Écrire des actions de prévention pour répondre à une situation de RPS et de TMS

Identifier les facteurs de protection individuels

- S'autoévaluer et mettre en œuvre des actions de prévention et de protection individuels

PUBLIC

Les acteurs majeurs de la prévention primaire, ainsi que tout salarié, de toute organisation (publique, privée ou associative). Également, les Services de Prévention et de Santé au Travail :

- Salariés
- Manager de proximité
- Dirigeant d'entreprise
- Médecin du travail / Médecin libéral
- Infirmier
- Assistant social
- Représentants du CSE
- Responsable et/ou Directeur Ressources Humaines
- Responsable / coordinateur HSE

PRÉ-REQUIS

Aucun pré- requis

EFFECTIF

4 à 12 participants maximum

LIEU ET DÉLAI D'ACCÈS

Cette formation peut être dispensée en intra ou en inter-entreprises.

Dans ce dernier cas, la formation aura lieu au sein des locaux de SERENN CONSEIL – bâtiment B – Pôle médical - 30, avenue É. Et M.Pinault, 35740 à Pacé (si effectif<6).

Ou

Au sein de l'espace de Coworking Le SPOT, situé, 22 rue Jean-Marie David, 35740 à Pacé (si effectif > 6).

Suite à la demande d'informations sur cette formation, le délai d'accès moyen à la formation se situe entre 1 à 3 mois.

METHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques et méthodologiques : témoignages, animation et films (INRS) reflétant des situations de travail sources de RPS et de TMS.
- Méthode participative : jeux de rôle, travaux de réflexion individuels ou en binôme permettant de s'approprier les notions évoquées.
- Supports pédagogiques : vidéos, documents pédagogiques, ressources documentaires

Méthodes d'évaluation :

- Évaluation à chaud réalisée à l'issue de la formation
- Bilans ponctuels réalisés par la formatrice auprès des participants après chaque axe de travail via des exercices

Approche déontologique :

- Certification INRS
- Adhésion aux valeurs du réseau Assurance Maladie – Risques Professionnels / INRS
- Rôle d'acteur des participants
- Code de déontologie des psychologues

Précautions sociales :

- Les participants sont volontaires
- La constitution des groupes est garante de la liberté et de la protection de la parole

- des participants
- La formatrice garantit un centrage exclusif sur le travail ainsi que le respect de la confidentialité des échanges

Les participants définissent ensemble, au démarrage de la formation, une « Charte de Bon Fonctionnement ». Cette charte, garante du respect et de la libre expression de chacun, est affichée dans la salle de formation, elle est rappelée à chaque démarrage de session.

LES INTERVENANTES

Séverine ROBERT

Psychologue du travail et formatrice, Intervenante en Prévention des Risques Professionnels (IPRP référencée auprès de la DREETS Bretagne), et certifiée Formatrice « S'initier à la prévention des Risques psychosociaux » par le réseau Assurance Maladie-Risques professionnels - INRS.

Amélie LORANT

Ergothérapeute libérale et Formatrice d'acteurs en Prévention des Risques liés à l'Activité Physique (PRAP 2S et IBC) certifiée par le réseau Assurance Maladie-Risques professionnels - INRS.

VALIDATION

A l'issue de la formation, nous remettons **une attestation de formation**.