

## Prévention des TMS liés à la conduite automobile et aux manutentions manuelles associées

### Parcours e-learning

FORMACODE : 31754

#### OBJECTIFS

Identifier les risques de troubles musculo-squelettiques(TMS) liés à la conduite automobile et aux manutentions manuelles associées.

Connaître et appliquer les principales mesures permettant de prévenir ces risques.

Adopter les bons gestes et les bonnes postures au volant.

#### TYPE DU PUBLIC

Commerciaux, visiteurs médicaux, coursiers, chauffeurs livreurs, ensemble des salariés qui conduisent régulièrement des véhicules légers dans le cadre de leur activité professionnelle.

#### PRÉREQUIS

Aucun niveau de connaissances préalables n'est requis pour suivre cette formation.

#### PREREQUIS D'ENVIRONNEMENT INFORMATIQUE

1 Mbps

JavaScript activé sur le navigateur

Résolution d'affichage : 1024 x 768 minimum

Avoir installé Google Chrome 48 minimum

S'équiper d'un casque.

#### PÉDAGOGIE

##### OUTILS ET MOYENS

##### > Méthodes pédagogiques

Module e-learning

Exercices d'entraînement non sanctionnant et/ou quiz final de type QCU/QC (évaluation des connaissances).

Données de suivi de la plateforme (nombre et temps de connexion), score au quiz final.

##### > Moyens techniques

E-learning sur plateforme dédiée avec accès par code individuel.

##### > Accompagnement pédagogique et technique

Encadrement par le Référent pédagogique ou, à défaut, le Référent technique.

Compétences du Référent pédagogique : Expert métier / Formateur.

Compétences du Référent technique : Administrateur du LMS.

Délai d'assistance : immédiate ou, à défaut, sous 48 h.

##### ÉVALUATION

- > L'évaluation des acquis théoriques est réalisée en fin de formation et permet la génération d'un certificat de réussite nominatif téléchargeable et envoyé par mail à l'apprenant.

### CONTENU

> **I – Quels sont les risques ?**

Les pathologies

Les facteurs de risques (physiques, biomécaniques, psychosociaux...).

> **II – Les mesures de prévention**

Organisation du travail

Entrer / sortir de son véhicule

Régler son siège

Adopter une bonne posture

Adopter les bons gestes lors des manoeuvres

Charger / ranger son coffre

### MODALITÉS

**Durée estimée** : 20 minutes.

**Prix** : nous consulter.