Gestes et postures - prévention des TMS et des RPS

Formation de formateurs en prévention des TMS et des RPS

Pour professionnels de santé et coachs sportifs diplômés - 2 jours, 15h

FORMATION PROFESSIONNELS DE SANTÉ
✓ QUALIOPI
Réf. POB-FDF-001

En cabinet, les professionnels de santé voient chaque jour ce que le travail fait au corps. Cette formation leur donne le cadre, la méthode et les outils pour intervenir en entreprise comme formateurs en prévention des TMS et des RPS, de la lecture des tensions corporelles à celle du climat social, en s'appuyant sur la méthode CorpSocial de Postur'O Boulot.

Informations pratiques

Référence	POB-FDF-001
Type d'action	Action de formation (1° de l'article L.6313-1 du Code du travail)
Public visé	Professionnels de santé (kinésithérapeutes, ostéopathes, médecins, infirmiers, ergothérapeutes, psychomotriciens…) et coachs sportifs diplômés
Prérequis	Diplôme de professionnel de santé ou, pour un coach sportif, diplôme obligatoirement lié à son activité (copie à l'inscription) ; expérience de terrain en santé au travail
Effectif	12 participants maximum - inter-entreprises
Durée	15h en présentiel, sur 2 jours consécutifs (vendredi et samedi) - sessions en octobre et en février ou mars de chaque année
Lieu	Défini à chaque session, précisé dans le programme de la session
Délai d'accès	2 semaines minimum ; contrat de formation envoyé à l'inscription, délai de rétractation de 14 jours
Inscription	contact@posturoboulot.fr
Tarif	900 € net de TVA par participant - déplacement et hébergement à la charge du participant
Financement	Personnel ; prise en charge possible par le FIFPL ou un autre financeur selon ses critères

Suivi et évaluation

Avant : questionnaire de positionnement amont
Pendant : observation des mises en situation et jeux de rôle ; émargement par demi-journée
En fin de formation : positionnement aval, quiz d'évaluation des acquis (acquis à partir de 50 % de bonnes réponses), questionnaire de satisfaction à chaud
Après : questionnaire à froid environ un mois après ; attestation de fin de formation et certificat de réalisation

Accessibilité et handicap

Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Adaptations pédagogiques, matérielles ou organisationnelles étudiées sur demande préalable auprès de la référente handicap, Caroline PIGOT : contact@posturoboulot.fr.

60 %	40 %
PRATIQUE	THÉORIE

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- **Expliquer les liens entre santé physique et santé psychique au travail, et l'impact combiné des TMS et des RPS** - *évalué par quiz*
- **Lire les tensions corporelles comme des indicateurs d'usure et les relier au contexte de travail, sans poser de diagnostic** - *évalué par mise en situation et quiz*
- **Situer son rôle de formateur et intervenir dans un cadre réglementaire sécurisé, en intégrant les obligations légales, les critères Qualiopi et une posture professionnelle éthique** - *évalué par quiz*
- **Adapter une action de formation aux besoins des personnes en situation de handicap** - *évalué par quiz*
- **Repérer les signaux faibles du climat social et présenter la méthode CorpSocial et son parcours d'accompagnement** - *évalué par étude de cas et quiz*
- **Construire et animer une intervention de prévention adaptée aux contraintes du terrain** - *évalué par mise en situation observée*
- **Présenter son activité de formateur de façon claire et professionnelle, sans posture commerciale** - *évalué par jeux de rôle et productions écrites*

Moyens pédagogiques et techniques

- Méthode : apports courts, exercices corporels, études de cas, mises en situation et jeux de rôle en binôme
- Supports : support projeté, cartes de mise en situation, fiches de jeux de rôle, document « Mon plan de com »
- Matériel : salle et vidéoprojecteur fournis ; tenue confortable et smartphone apportés par le participant

Intervenant

Julie PETIT, masseur-kinésithérapeute, Présidente et responsable pédagogique ; selon les sessions, un professionnel de santé ayant suivi la formation de formateurs Postur'O Boulot (étude de cas).

Indicateurs de résultats

Satisfaction à chaud des participants : 95 %. Taux de réussite au quiz d'évaluation des acquis : 85,7 %.

PROGRAMME - 15h sur 2 jours

Séquence	Durée	Contenus	Méthodes	Objectif
J1 - M1 - Santé et travail : liens TMS/RPS	75 min	Accueil, positionnement amont ; santé physique et psychique, risques combinés, signaux d'alerte	Tour de table, questionnaire, apports	1
J1 - M2 - Lecture corporelle et lien RPS/TMS	75 min	Mâchoire, épaules, respiration ; micro-régulations utilisables en atelier	Exercices, mise en situation	2
J1 - M3 - Cadre légal, posture et éthique	105 min	Formateur sous-traitant, NDA et Qualiopi, obligations d'une mission ; formateur, pas soignant	Apports, quiz « vrai ou faux »	3
J1 - M4 - Accueillir le handicap	30 min	Accessibilité, référente handicap, aménagements discrets et tracés	Apports, analyse de situations	4
J1 - M5 - Étude de cas et mise en situation	210 min	Construire une intervention de A à Z et l'adapter au terrain, au groupe et aux imprévus	Mises en situation en sous-groupes	6
J2 - M6 - Climat social : méthode CorpSocial	210 min	Cinq piliers, parcours en trois ateliers, signaux faibles collectifs, restitution anonyme	Apports, étude de cas réel anonymisé	5
J2 - M7 - Image et communication professionnelle	135 min	Pitch en quatre étapes, phrase d'affichage, mini-script patient, objection, premier message	Productions écrites, jeux de rôle	7
J2 - Questions, évaluation et clôture	60 min	Questions des participants ; positionnement aval, quiz, satisfaction à chaud, synthèse	Questionnaires	Tous

Le déroulé peut être ajusté par l'intervenant selon le positionnement des participants, sans modifier les objectifs ni la durée. La somme des durées est égale à la durée de la formation.

COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Expliquer les liens entre santé physique et santé psychique au travail, et l'impact combiné des TMS et des RPS
- Lire les tensions corporelles comme des indicateurs d'usure et les relier au contexte de travail, sans poser de diagnostic
- Situer son rôle de formateur et intervenir dans un cadre réglementaire sécurisé, en intégrant les obligations légales, les critères Qualiopi et une posture professionnelle éthique
- Adapter une action de formation aux besoins des personnes en situation de handicap
- Repérer les signaux faibles du climat social et présenter la méthode CorpSocial et son parcours d'accompagnement
- Construire et animer une intervention de prévention adaptée aux contraintes du terrain
- Présenter son activité de formateur de façon claire et professionnelle, sans posture commerciale

LIVRABLES REMIS

Document « Mon plan de com »	Attestation de fin de formation	Certificat de réalisation
Pitch, phrase d'affichage, mini-script patient, premier message - participant	Objectifs, nature, durée, résultat de l'évaluation des acquis - participant	D'après l'émargement - participant et, le cas échéant, financeur

CE QUE LA FORMATION APPORTE

POUR LES ENTREPRISES ACCOMPAGNÉES	POUR LE PARTICIPANT
Une intervention de prévention conduite par un professionnel de santé formé à la méthode Postur'O Boulot, en complément du médecin du travail.	Une méthode pour intervenir en entreprise, le cadre d'une mission de formateur et un discours clair pour présenter son activité.

Postur'O Boulot contribue à la prévention en santé au travail, en complément du médecin du travail et du service de prévention et de santé au travail, sans s'y substituer. L'aménagement des postes relève de l'employeur, sur préconisation du médecin du travail.

Inscription : contact@posturoboulot.fr - Contrat de formation envoyé à l'inscription, délai de rétractation de 14 jours - Certificat Qualiopi QUA007994