



Une offre de formation pour vous accompagner dans votre démarche de prévention des Troubles MusculoSquelettiques (TMS)

Dirigeant, salarié personne ressource, salariés, devenez acteur du projet prévention TMS/Lombalgie de votre entreprise pour des résultats efficaces et durables

01 Pourquoi agir sur les TMS ?

Les TMS sont des maladies de l'appareil locomoteur et touchent principalement les muscles, les tendons et les nerfs notamment des membres supérieurs comme les épaules, les coudes, les mains... mais aussi les genoux. La lombalgie appelée mal de dos est un TMS fréquent. **L'activité professionnelle joue un rôle prépondérant dans leur apparition ou leur aggravation.**



87 %

des maladies professionnelles reconnues sont des TMS

20 %

des accidents du travail sont liés au mal de dos



Les conséquences pour les salariés et l'entreprise sont lourdes et coûteuses.



1^{ère}

La lombalgie représente la première cause d'incapacité avant 45 ans



2 mois

d'arrêt en moyenne pour un accident du travail lié au mal de dos



2 Milliards d'€

de cotisation versées chaque année par les entreprises, dont la moitié pour le mal de dos



22 Millions

de journées de travail perdues à cause des TMS et du mal de dos



45 %

des TMS entraînent des séquelles lourdes (incapacités permanentes)



30 %

des arrêts de travail sont causés par un TMS

Les coûts indirects (estimés à 3 fois le coût direct) regroupent :

- L'absentéisme ;
- La désorganisation du travail ;
- La dégradation de l'ambiance de travail ;
- ...

02 Comment agir sur les TMS : une démarche de prévention en mode projet

La réussite du projet de prévention nécessite des conditions favorables telles que :

- Un engagement réel et formalisé de la direction ;
- Une prise en compte de l'activité réelle de travail des salariés pour un diagnostic complet ;
- Des acteurs mobilisés pour une démarche participative [Cf. schéma ci-dessous].

Les acteurs du projet : rôles et missions



Le pilote pourra mettre en place en fonction de la taille de l'entreprise un comité de pilotage regroupant le pilote du projet, l'animateur du projet, un représentant des IRP, un représentant des services concernés par la démarche...

Missions :

- Définir et formaliser les objectifs du projet et donner les moyens.
- Veiller au bon déroulement du projet (tenue du planning, progression des analyses, de l'élaboration et du suivi des plans d'actions).
- Valider les solutions proposées et l'efficacité des actions.
- Suivre les tableaux de bord - indicateurs.

Profil :

- Aptitudes à mobiliser et animer des groupes de travail
- Avoir de la rigueur dans le suivi et la traçabilité du projet.

Missions :

- Conduire et animer le projet en étant garant de la méthodologie.
- Conduire les étapes de la démarche en utilisant les outils de dépistage et d'analyse ou en s'appuyant sur une compétence externe (consultant/IPRP).
- Animer les groupes de travail.
- Participer à la recherche des pistes de solutions.
- Assurer la traçabilité du projet (compte-rendu, documents d'analyse et plan d'actions, reporting...).

Missions :

- Contribuer à l'analyse des situations de travail par l'observation des activités réelles de travail et les entretiens.
- Valider les synthèses avant présentation en comité de pilotage.
- Participer à la recherche de solutions.
- Valider les solutions mises en œuvre.

03 Une offre de formation destinée aux acteurs et au service de votre projet de prévention de TMS

L'offre de formation générique à la prévention des risques de troubles musculosquelettiques (TMS).

Dirigeant (ou délégataire) Pilote du projet de prévention TMS	Initier, piloter, manager son projet de prévention des TMS Fiche programme & inscription en ligne sur www.formation-prev.fr/carsat-sudest	1 jour
Animateur du Projet - Anime la démarche de prévention des risques professionnels de son établissement - Conduit les projets de prévention	Devenir Personne Ressource du projet de prévention des TMS. Formation action animée par les organismes habilités* Organisation : 3 modules (2j + 2j +1j) et 2 demi-journées d'accompagnement sur site du formateur www.formation-prev.fr/carsat-sudest	6 jours
	Devenir chargé de prévention des TMS (Réservé aux établissements de moins de 150 salariés) Formation action animée par les organismes habilités* Organisation : 2 modules (2j +1j) et 1 demi-journée d'accompagnement sur site du formateur www.formation-prev.fr/carsat-sudest	4 jours
Salariés Acteur impliqué dans l'analyse de la situation de travail et la participation à la maîtrise du risque	Devenir acteur PRAP (IBC) Formation animée par les organismes habilités* Organisation : 2 jours www.formation-prev.fr/carsat-sudest	2 jours

* liste des organismes de formation habilités : www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html



L'offre de formation secteur Sanitaire Médico Social (SMS)

Dirigeant (ou délégataire) Pilote de la démarche de prévention	Développer et manager la prévention dans un établissement du secteur Sanitaire Médico-Social Formation animée par les organismes habilités * www.formation-prev.fr/carsat-sudest	1 jour
Animateur du Projet - Anime la démarche de prévention des risques professionnels de son établissement - Conduit les projets de prévention	Devenir Animateur prévention dans un établissement du secteur Sanitaire Médico-Social Formation action animée par les organismes habilités* Organisation : 3 modules (3j+2j+1j) et 2 demi-journées d'accompagnement sur site du formateur www.formation-prev.fr/carsat-sudest	7 jours
Salariés Acteur impliqué dans l'analyse de la situation de travail et la participation à la maîtrise du risque	Devenir acteur PRAP2S (destiné au personnel soignant) Formation animée par les organismes habilités* Organisation : 4 jours www.formation-prev.fr/carsat-sudest	4 jours
	Devenir acteur PRAP (IBC) (destiné au personnel soignant) Formation animée par les organismes habilités* Organisation : 2 jours www.formation-prev.fr/carsat-sudest	2 jours

L'offre de formation secteur Aide et Soins à Domicile (ASD)

Dirigeant (ou délégataire) Pilote de la démarche de prévention	Développer et manager la prévention des risques dans sa structure d'aide et de soin à domicile Formation animée par les organismes habilités * www.formation-prev.fr/carsat-sudest	1 jour
Animateur du Projet - Anime la démarche de prévention des risques professionnels de son établissement - Conduit les projets de prévention	Devenir Animateur prévention dans le secteur de l'aide et de soin à domicile Formation action animée par les organismes habilités* Organisation : 2 modules (2j+1j) et 1 demi-journée d'accompagnement sur site du formateur www.formation-prev.fr/carsat-sudest	3,5 jours
Salariés Acteur impliqué dans l'analyse de la situation de travail et la participation à la maîtrise du risque	Devenir Acteur Prévention Secours du secteur de l'aide et du soin à domicile Formation animée par les organismes habilités* Organisation : 4,5 jours en alternance www.formation-prev.fr/carsat-sudest	4,5 jours

* liste des organismes de formation habilités : www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html

L'offre de formation secteur Transports Routiers de Marchandises et Logistique (TRM-LOG)

Dirigeant (ou délégataire) Pilote de la démarche de prévention	Développer et manager la prévention dans une entreprise du secteur transport routier et logistique Formation animée par les organismes habilités * www.formation-prev.fr/carsat-sudest	1 jour
Animateur du Projet - Anime la démarche de prévention des risques professionnels de son établissement - Conduit les projets de prévention	Devenir Animateur prévention du secteur transport routier et logistique Formation action animée par les organismes habilités* Organisation : 2 modules (4j+2j) et 1 demi-journée d'accompagnement sur site du formateur www.formation-prev.fr/carsat-sudest	6,5 jours
Salariés Acteur impliqué dans l'analyse de la situation de travail et la participation à la maîtrise du risque	Devenir acteur prévention secours du secteur transports routiers de marchandises et logistique Formation animée par les organismes habilités* Organisation : 3 jours www.formation-prev.fr/carsat-sudest	3 jours

* liste des organismes de formation habilités : www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html

L'offre de formation secteur Propreté

Dirigeant (ou délégataire) Pilote de la démarche de prévention	Développer et manager la prévention des TMS Formation animée par l'INHNI www.inhni.com/	1 jour
Animateur du Projet (APTMS) - Anime la démarche de prévention des risques professionnels de son établissement - Conduit les projets de prévention	Devenir Animateur prévention de (TMS) Formation action animée par l'INHNI Organisation : 5,5 jours en discontinu (présentiel et distanciel) www.inhni.com/formations/formation-continue/aptms-devenir-animateur-prevention-tms-aptms	5,5 jours
Salariés Acteur impliqué dans l'analyse de la situation de travail et la participation à la maîtrise du risque	Acteur Prévention Secours (chef d'équipe, agent) Formation animée par l'INHNI Organisation : 3 jours www.inhni.com/formations/formation-continue/aps-proprete-acteur-prevention-secours-aps-chefs-dequipe	3 jours



Pour les entreprises de moins de 50 salariés, la formation du salarié personne ressource peut-être financée à hauteur de 70% du montant HT dans le cadre de la SPTPE TMS Diagnostic et Formation (sous réserve de budget)

Retrouvez les informations sur le site de la Carsat :

www.carsat-sudest.fr > [Demandez une aide financière](#) > [Subventions prévention TPE](#)

Formations habilitées INRS

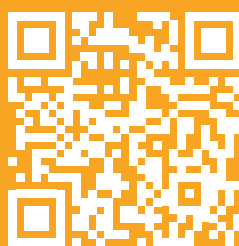
Formations génériques à la prévention des TMS

Personne Ressource et Chargé de Prévention

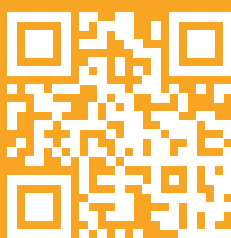
Formations du secteur SMS

Formations du secteur TRM-LOG

Formations du secteur ASD



Formations du secteur propreté



Liste consultants réseau TMS Paca



Carsat Sud-Est
35 rue George
13386 Marseille Cedex 20

Photos : ©INRS
DI 160 – Mars 2023