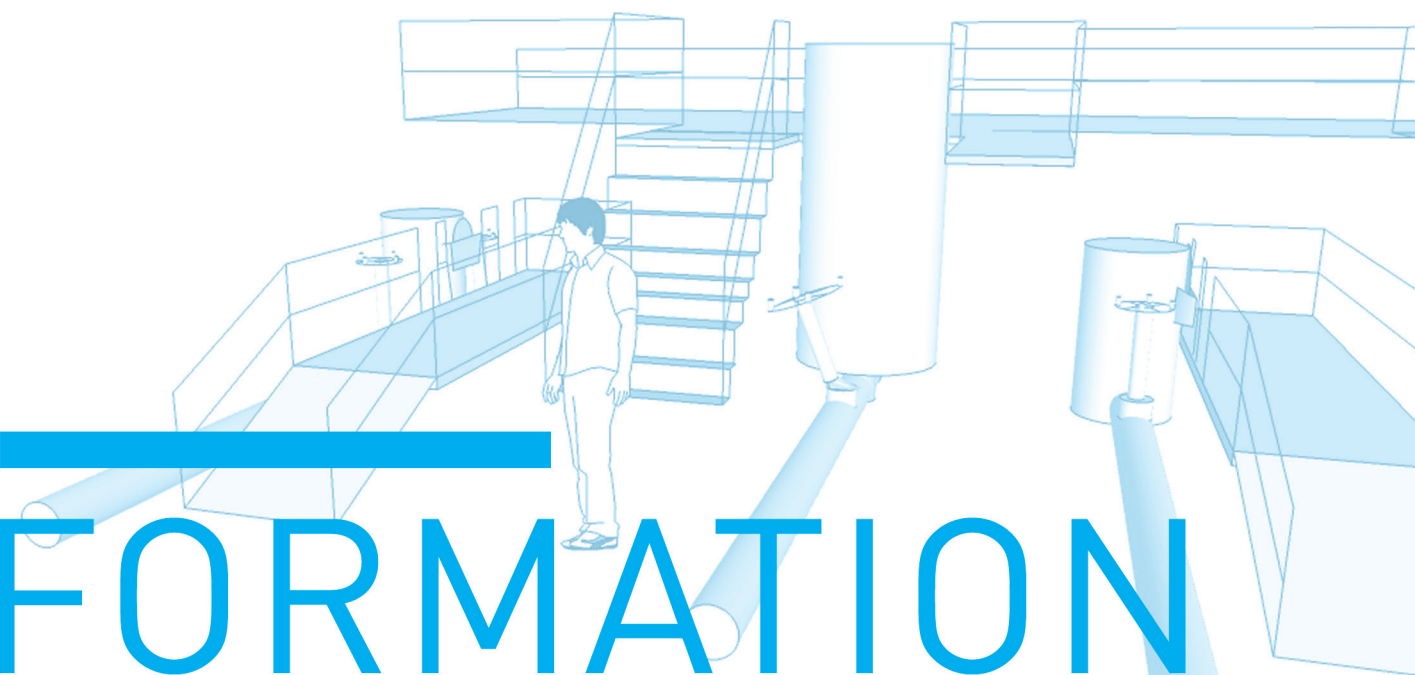




FORMATION



Devenir PERSONNE RESSOURCE
du projet de prévention des troubles
musculosquelettiques (TMS)
de votre entreprise.



Devenir PERSONNE RESSOURCE

du projet de prévention des troubles musculosquelettiques (TMS) de votre entreprise

Cette formation s'inscrit dans le cadre du dispositif TMSpros piloté par la Direction des Risques Professionnels (DRP) de la Caisse nationale d'assurance maladie des travailleurs salariés (Cnamts).

L'intégration de l'ergonomie permet à la fois d'assurer la sécurité et la santé des salariés, d'améliorer les conditions de travail et de maîtriser les coûts et pertes de performance (productivité et qualité moindres, baisse de motivation, climat détérioré...) liées aux éventuels accidents du travail ou maladies professionnelles.

Cette formation répond aux besoins de montée en compétences des acteurs de l'entreprise dans la prise en charge effective de leur projet de prévention des TMS. Elle contribue à garantir la pérennité des démarches de prévention engagées et à développer l'autonomie des entreprises.

Tous les services d'une entreprise, au travers des choix et décisions qu'ils prennent, impactent sur la santé des salariés. Tenir compte de critères ergonomiques au même titre que les critères techniques et économiques permet d'améliorer le fonctionnement global de l'entreprise.

COMPRENDRE LA FORMATION EN IMAGE



[Témoignage de Noémie Liebenguth, LEFRANT RUBCO](#)



[Témoignage d'Elodie Vifquain, CHANTELLE](#)

COMPRENDRE LA DÉMARCHE EN IMAGE



[Témoignage de l'entreprise CHANTELLE, formée par Métoergo](#)

Session Inter-entreprises

Durée totale
42h

5 journées de formation

Session inter-entreprises

+

2 fois une demi journée

Pour un accompagnement personnalisé dans l'entreprise

Formation Personne Ressource

Lieu : Cagny (80) ou Albert (80)

- > **MODULE 1 : 2 jours**
Intersession 1 - ½ journée à définir avec le stagiaire,
- > **MODULE 2 : 2 jours**
Intersession 2 - ½ journée à définir avec le stagiaire,
- > **MODULE 3 : 1 jour**

[Voir les dates de formation](#)



métoergo

1/ PRIX

> 2 950 € HT par stagiaire

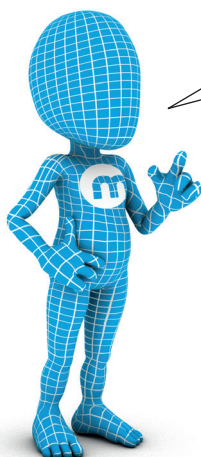
Somme globale et forfaitaire à régler dans son intégralité à la signature de la convention de formation ou bon de commande

- > **Les frais d'hébergement et de restauration** sont à la charge du stagiaire.
- > **Possibilités de financement** de la formation et prise en charge du salaire de la PERSONNE RESSOURCE [via les subventions de la CARSAT](#) (sous réserve d'acceptation du dossier par la CARSAT).

Possibilité de formation en intraentreprise : Prix, nous contacter.

2/ PUBLIC

- > Cette formation est ouverte à toute personne (responsable sécurité, référent sécurité, membre CSE/ CSSCT, manager,...) qui sont ou seront amenées à exercer la fonction de **personne ressource du projet de prévention des troubles musculosquelettiques (TMS)** dans son entreprise. Afin d'assurer la pérennité de la démarche, possibilité de former un binôme - 6 entreprises et 10 stagiaires maximum par formation.
[En cas de situation de handicap, merci de nous le préciser lors de l'inscription ; nous évaluerons ensemble les modalités d'accessibilité, d'animation et/ou d'évaluation.](#)



Un travail important en intersession est à prévoir
(3 + 4 jours)

Pour bien préparer cette formation,
[rendez-vous sur notre site](#)



métroergo

3/ AVANT LA FORMATION

> POUR L'ENTREPRISE

> Identifier la future PERSONNE RESSOURCE.

Pour cela, nous vous invitons à vous poser les questions suivantes :

- 1/ Le-a candidat-e sera-t-il/elle capable de s'exprimer devant un groupe, d'argumenter le projet, de le formaliser ?
- 2/ A-t-il/elle des facilités rédactionnelles, un ordinateur à disposition et sait-il/elle se servir de logiciels informatiques bureautiques tels que traitement de textes, tableur et logiciel de présentation ? Vérifier les pré-requis attendus pour cette formation - voir page suivante.
- 3/ A-t-il/elle des qualités relationnelles lui permettant d'aller facilement sur le terrain pour comprendre la réalité du travail ?
- 4/ Obtiendra-t-il/elle facilement une collaboration de ses collègues ?
- 5/ A-t-il/elle le sens de l'observation et de l'écoute ?
- 6/ Est-il/elle organisé-e et rigoureux-se dans son activité actuelle ?
- 7/ Vous paraît-il judicieux d'investir sur lui/elle à long terme ?
- 8/ En tenant compte de sa charge de travail actuelle, aurez-vous la possibilité de lui dégager du temps pour assurer cette nouvelle mission (temps de formation incluant le travail d'inter-session estimé à 7 jours) ?
Avez-vous pensé à former deux personnes ressources (soutien lors de la réalisation des travaux d'inter-sessions, maintien de la compétence en cas de départ de la personne formée) ?
- 9/ Pour plus de détails : [Fiche d'évaluation PERSONNE RESSOURCE](#) - [Référentiel complet du dispositif](#) - [Fiche-outil Bien choisir la PERSONNE RESSOURCE](#)

> Inscrire le stagiaire à l'aide du [bulletin d'inscription](#)

N'hésitez pas à nous informer de toute nécessité d'adaptation des modalités d'accueil, de repas, d'animation ou d'adaptation de nos supports. [Nous saurons nous adapter ensemble !](#)

- > Eventuellement vous pouvez [demander la subvention CARSAT](#), «SUBVENTION PRÉVENTION DES RISQUES ERGONOMIQUES» quelque soit la taille de l'entreprise. Elle permet une prise en charge partielle du coût de cette formation et un forfait (8235€) de prise en charge du salaire de la personne ressource. Cette prise en charge est sous réserve d'acceptation du dossier par la CARSAT.
- > S'organiser pour l'hébergement au cas où - [à retrouver sur notre site](#)

> POUR LE-A DIRIGEANT-E (PILOTE)

> Avoir suivi une des formations ci-dessous dispensées par la CARSAT :

- Soit en présentiel la formation [«INITIER, PILOTER ET MANAGER SON PROJET DE PRÉVENTION DES TROUBLES MUSCULOQUELETTIQUES \(TMS\)»](#) (1 journée). ([Demande d'inscription en ligne](#)).
- Soit en e-learning la formation [«S'ENGAGER DANS UNE DEMARCHE DE PREVENTION DES TMS»](#), (1h30).
Demande d'inscription à effectuer en remplissant le [formulaire Forms](#).
Pour toute demande, vous pouvez contacter l'adresse formation.grp@carsat-nordpicardie.fr.

> Evaluer en interne sa situation actuelle à l'aide de l'outil [Evaluation de la démarche](#).

- > Avoir rédigé la [lettre d'engagement](#) de son entreprise dans la démarche de préventions des TMS et la faire suivre à Metroergo (élément nécessaire à la validation de l'inscription du stagiaire).



3/ AVANT LA FORMATION

PRÉ-REQUIS

> POUR LE STAGIAIRE

- > Avoir des bases en prévention (fonction et missions dans l'entreprise et ancienneté au poste, diplômes, formations diverses, membres CHSCT/CSE,...) ou suivre le module de formation en ligne (site INRS) : [Acquérir des bases en prévention des risques professionnels](#) - gratuit - Document ou attestation à transmettre.
- > Maîtriser les outils informatiques Excel® et Power-Point® ou équivalents : auto-évaluation en ligne <https://forms.office.com/r/eeD...>
- > Maîtriser les outils informatiques Powerpoint® ou équivalent : transmission d'une présentation réalisée par le stagiaire de son profil et de ses attentes vis-à-vis de cette formation (max. 2 diapositives)
- > Remplir la [Fiche bilan de l'INRS](#) afin d'évaluer son niveau de connaissance en prévention des TMS, en gestion de projet et ses attentes vis-à-vis de cette formation. (merci de me transmettre le pdf à générer en fin d'évaluation - cliquez sur l'imprimante)
- > Le jour de la formation, ne pas oublier son ordinateur avec au minimum **Excel® et PowerPoint®** ou **équivalents**, une pièce d'identité et sa bonne humeur !

4/ OBJECTIFS

1 ÉLABORER et ANIMER

un projet de prévention des TMS en concertation avec les acteurs concernés

2 METTRE EN ŒUVRE

le repérage, l'analyse et l'évaluation des situations de travail à risque de TMS

3 ÉTABLIR

un diagnostic mettant en lien l'ensemble des facteurs de risque et leurs déterminants

4 PARTICIPER

à la recherche d'axes de prévention visant à la transformation des situations de travail et à l'élaboration d'un plan d'actions

5 ACCOMPAGNER

l'établissement dans la mise en œuvre, le suivi et l'évaluation des mesures de prévention

6 ASSURER

une veille dans le temps sur la maîtrise des risques de TMS

5/ MODALITÉS

> MODALITÉS D'ANIMATION

- > Exposés didactiques
- > Etudes de cas issus de l'expérience professionnelle des participants
- > Mise en situation – Etudes de cas
- > Logique de formation -action : journées de formation, mise en situation, accompagnement sur site par la formatrice lors des rencontres d'intersessions (2 x ½ journées)
- > Echanges et retours d'expériences
- > Formation assurée par une ergonome, formatrice certifiée faisant partie d'un organisme de formation habilité par l'Assurance maladie Risques professionnels et l'INRS.

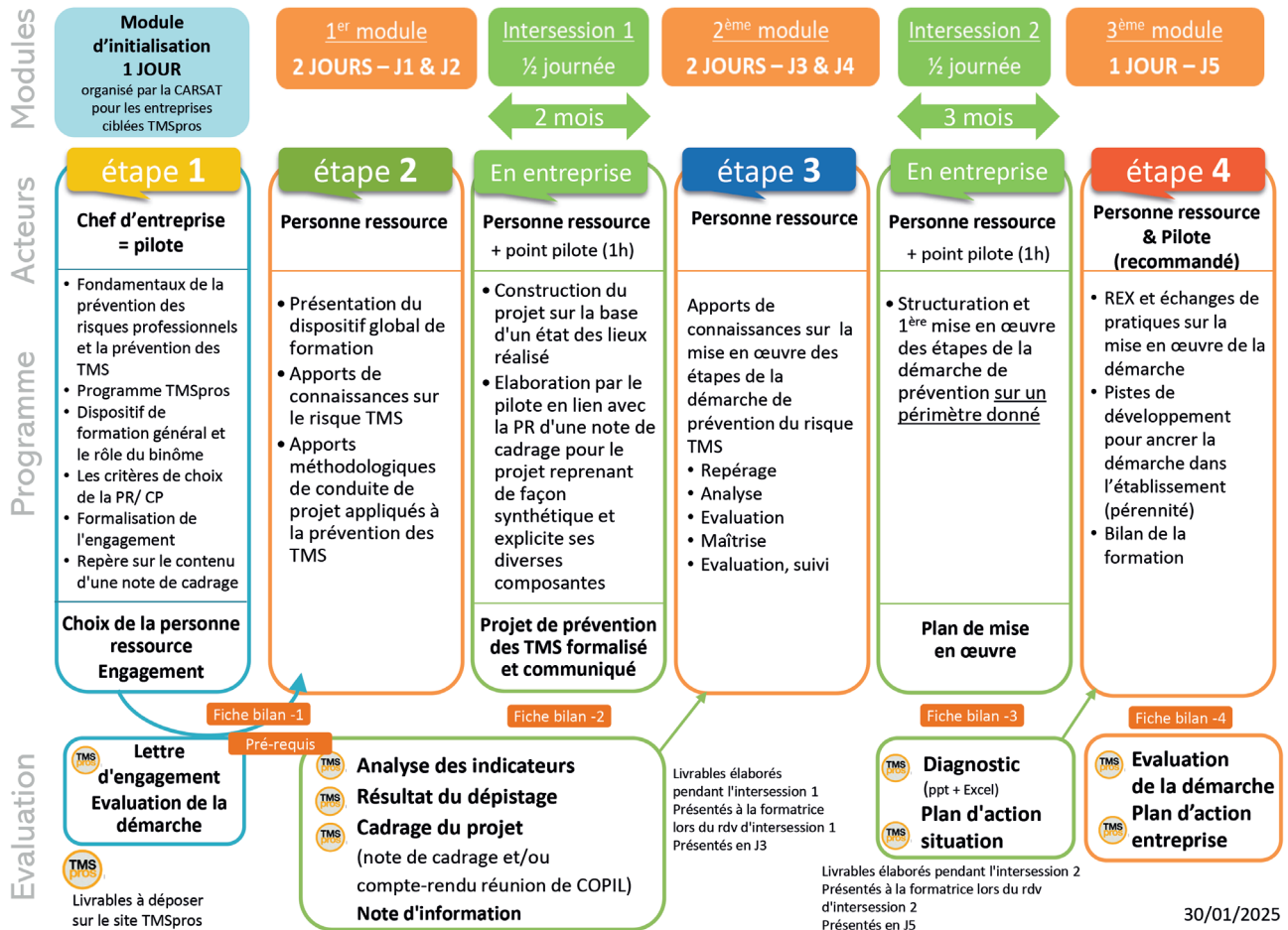
> MODALITÉS D'ÉVALUATION

- > [Fiche d'évaluation personne ressource](#) (référentiel INRS)
- > Evaluation à partir de présentations orales des travaux réalisés, de remises de livrables
- > La validation des compétences est attestée par la délivrance d'un certificat de personne ressource TMS.
La délivrance de ce certificat nécessite la validation de la totalité des domaines de compétence évalués.



6/ ORGANISATION DE LA FORMATION

DÉROULÉ ET LIVRABLES FORMATION



- > La dynamique de la formation repose sur une logique de formation-action.
- > Un travail important lors des intersessions est attendu (7 jours).
- > Différents livrables, présentations orales permettront d'évaluer les compétences acquises selon un référentiel précis (voir [Fiche d'évaluation personne ressource](#))
- > La [fiche bilan](#) permet **au formateur** de positionner l'apprenant vis-à-vis de ses connaissances en prévention des TMS et conduite de projet, d'appréhender leur évolution, d'identifier ses besoins, attentes et éventuelles difficultés tout au long de la formation. Elle vise également à aider **l'apprenant** à prendre du recul et à mieux appréhender les attendus.

*Le module d'initialisation est à l'initiative des CARSAT.

JOURNÉE 1 > ENJEUX

> OBJECTIFS

- > Se situer dans son parcours de formation et dans le dispositif TMS PROS
- > Appréhender le risque TMS (ampleur du phénomène, principales atteintes de l'appareil locomoteur, modèles multifactoriel et probabiliste)
- > Identifier, à partir d'un état des lieux, les différents enjeux de la prévention des TMS pour son établissement et ses différents acteurs
- > Identifier les différents acteurs potentiellement impliqués dans le projet et les leviers de mobilisation

> DESCRIPTION

- > Présentation du formateur, des apprenants et du dispositif global de formation
- > Présentation du dispositif TMS PROS et du rôle du binôme PILOTE/ PERSONNE RESSOURCE
- > Description des TMS : principales atteintes de l'appareil locomoteur, différents facteurs de risque (biomécaniques, psychosociaux, ambiance physique de travail, individuels) et leurs déterminants (notamment organisationnels)
- > Conséquences et impacts des TMS
- > Enjeux humains, de performance et réglementaires de la prévention des TMS de manière globale et pour les différents acteurs de l'entreprise
- > Rappels des fondamentaux de la prévention des risques professionnels et de la prévention des TMS

> APPROCHE

- > Exposés didactiques
- > Approche participative & pratique
- > Echanges et retours d'expérience
- > Mises en situation - Etude de cas.

JOURNÉE 2 > PROJET

> OBJECTIFS

- > Mettre en relation les différents indicateurs, les enjeux, les objectifs du projet et sa finalité
- > Détecter et hiérarchiser les situations à risque de TMS
- > Appréhender la méthodologie de projet et ses différentes composantes (enjeux, objectifs, indicateurs, finalité, étapes, acteurs, moyens, planning, périmètre)
- > Communiquer autour de ce projet
- > Elaborer et formaliser, en fonction de l'état des lieux, le projet de prévention des TMS de son établissement (cadre du projet)
- > Comprendre le travail d'intersession

> DESCRIPTION

- > Identification des différents éléments à recueillir et analyser (indicateurs, actions déjà mises en place, résultats de l'évaluation de la démarche, facteurs de risques /dépistage) pour réaliser un état des lieux mettant en lumière les enjeux de la prévention des TMS et permettant de repérer, évaluer et hiérarchiser des situations à risque de TMS (méthodologie et outils)
- > Apports sur la conduite de projet appliquée aux TMS (méthodologie et outils)
- > Elaboration d'un projet de prévention des TMS dans l'entreprise – Etude de cas par groupe ; restitution avec support PPT et analyse des différents travaux
- > Sensibilisation des différents acteurs, importance de la communication, reporting au pilote, présentation en réunions de comité de pilotage, animation de groupes de travail, – Mise en situation
- > Présentation des travaux d'intersession et des livrables associés

> APPROCHE

- > Exposés didactiques
- > Approche participative & pratique
- > Echanges et retours d'expérience
- > Mises en situation - Restitution à l'oral - Etudes de cas.



INTERSESSION 1 CADRAGE DU PROJET ET COMMUNICATION

> OBJECTIFS

- > Evaluer l'avancement du projet de prévention des TMS sur les attendus ci-dessous tout en rassurant et guidant
- > Elaborer et formaliser, en fonction de l'état des lieux réalisé, le projet de prévention des TMS de l'établissement (cadrage)
- > Communiquer autour du projet (réunions de COPIL et informations salariés)

> DESCRIPTION

Rendez-vous sur ½ journée : date à programmer en journée 2

- > Présentation par l'apprenant-e du travail effectué au cours de l'intersession (état des lieux, recueil et analyse des indicateurs, dépistage, cadrage du projet, supports et moyens de communication).
- > Echange autour des difficultés ou freins rencontrés
- > Evaluation par le formateur des compétences acquises par l'apprenant-e selon la [Fiche d'évaluation personne ressource](#)
- > Rencontre avec le/la pilote (coopération du binôme pilote - personne ressource, gestion du projet par l'apprenant-e, interactions avec les différents acteurs, difficultés rencontrées, freins...)
- > Débriefing avec l'apprenant-e : Aide, conseils, réorientation et recadrage si besoin par le formateur

> APPROCHE

- > Pratique
- > Accompagnement individualisé du ou des apprenants en entreprise.*

* Dans le cas de plusieurs stagiaires de la même entreprise, les phases d'accompagnement seront regroupées en un seul déplacement.

> ÉVALUATION

- > Evaluation pratique sur le travail réalisé lors de l'intersession
- > [Fiche d'évaluation personne ressource](#)



JOURNÉE 3 > ANALYSE

> OBJECTIFS

- Identifier des situations de travail à risque de TMS
- Analyser et caractériser une situation de travail à risque de TMS dans toute sa complexité et de façon méthodique grâce à différents outils

> DESCRIPTION

- Présentation des travaux d'intersession
- Identification des principales atteintes de l'appareil locomoteur en lien avec l'activité professionnelle (pathologies, accidents du travail, maladies professionnelles)
- Description approfondie des différents facteurs de risque (biomécaniques, psychosociaux, ambiance physique de travail, individuels) et leurs déterminants (notamment organisationnels)
- Analyse globale des situations de travail (méthode, outils d'analyse et d'évaluation, rôle et posture) permettant de mettre en lumière sa complexité (variabilité de l'activité réelle, marges de manœuvre), les déterminants de l'activité à l'origine des facteurs de risques de TMS, les besoins et ressources mobilisées par les salariés
- Importance de la validation collective de l'analyse produite
- Etudes de cas vidéo (travail de groupe, création de supports, présentation et animation, réflexion et analyse des différents travaux)

> APPROCHE

- Exposés didactiques
- Approche participative & pratique
- Echanges et retours d'expérience
- Mises en situation - Restitution à l'oral - Etudes de cas.

JOURNÉE 4 > PLAN D'ACTION

> OBJECTIFS

- Identifier en démarche participative des pistes de transformations des situations de travail à partir des déterminants des risques identifiés (méthodologie et outils, importance de la réflexion collective)
- Formaliser ces propositions d'amélioration des situations de travail en intégrant les domaines organisationnels, techniques et humains
- Construire et proposer un plan de mise en œuvre des actions d'amélioration des conditions de travail pour prévenir le risque de TMS dans l'établissement
- Comprendre le travail d'intersession

> DESCRIPTION

- Organiser et animer des groupes de travail avec des salariés (méthodologie et outils)
- Description d'un plan d'action et de ses composantes
- Les différents leviers ou pistes de transformation mobilisables et liens avec les éléments existants
- Etudes de cas vidéo (travail de groupe, création de supports, présentation et animation, réflexion et analyse des différents travaux)
- Présentation des travaux d'intersession et des livrables associés

> APPROCHE

- Exposés didactiques
- Approche participative & pratique
- Echanges et retours d'expérience
- Mises en situation - Restitution à l'oral - Etudes de cas.



INTERSESSION 2 ► DIAGNOSTIC ET PLAN D'ACTION

> OBJECTIFS

- > Evaluer l'avancement du projet de prévention des TMS sur les attendus ci-dessous tout en rassurant et guidant
- > Repérer, décrire, analyser et évaluer une situation de travail à risque de TMS dans toute sa complexité et de façon méthodique grâce à différents outils
- > Construire et proposer un plan de mise en œuvre des actions d'amélioration des conditions de travail pour prévenir le risque de TMS dans l'établissement

> DESCRIPTION

Rendez-vous sur ½ journée : date à programmer en journée 3

- > Présentation par l'apprenant-e du travail effectué au cours de l'intersession (description et analyse d'une situation de travail, méthodologie et outils utilisés et plan d'action).
- > Echange autour des difficultés ou freins rencontrés
- > Evaluation par le formateur des compétences acquises par l'apprenant-e selon la [Fiche d'évaluation personne ressource](#)
- > Rencontre avec le/la pilote (coopération du binôme pilote - personne ressource, gestion du projet par l'apprenant-e, interactions avec les différents acteurs, difficultés rencontrées, freins...)
- > Débriefing avec l'apprenant-e : Aide, conseils, réorientation et recadrage si besoin par le formateur

> APPROCHE

- > Pratique
- > Accompagnement individualisé du ou des apprenants en entreprise.*

* Dans le cas de plusieurs stagiaires de la même entreprise, les phases d'accompagnement seront regroupées en un seul déplacement.

> ÉVALUATION

- > Evaluation pratique sur le travail réalisé lors de l'intersession
- > [Fiche d'évaluation personne ressource](#)



> OBJECTIFS

- Construire et proposer un plan de mise en œuvre des actions d'amélioration des conditions de travail pour prévenir le risque de TMS dans le respect des principes généraux de prévention
- Hiérarchiser, planifier et suivre les actions d'amélioration
- Evaluer les actions conduites et, de manière plus générale, les résultats du projet et la maturité de la démarche de prévention
- Assurer la pérennité de la démarche
- Evaluer les compétences acquises des apprenants
- Faire le bilan de la formation

> DESCRIPTION

- Présentation de l'analyse de la situation de travail et du plan d'action en présence du pilote
- Description d'un plan d'action et de ses composantes
- Rappels des principes de prévention et de la démarche de prévention (action à la source, pistes de transformation dans les domaines organisationnel, technique puis humain)
- Réflexion sur les différents leviers mobilisables au niveau de l'entreprise (plan d'actions de la situation étudiée, intégration de l'ergonomie dans les prises de décision, ré-évaluation de la démarche, reprise des objectifs de cadrage du projet) ainsi que sur les facteurs de réussite (respect de la démarche de prévention, démarche participative et collective, écoute, analyse du besoin, cahier des charges, tests,...)
- Présentation de critères de priorisation, modalités de suivi et les indicateurs d'évaluation.
- Pistes de développement pour ancrer la démarche dans l'établissement (pérennité) : démarché intégrée, lien avec DUERP et autres outils de la démarche globale de prévention de l'entreprise, modalités, acteurs, indicateurs d'alerte, outils de veille,...
- Bilans et perspectives

> APPROCHE

- Exposés didactiques
- Approche participative & pratique
- Echanges et retours d'expérience
- Mises en situation - Restitution à l'oral - Etudes de cas.

> ÉVALUATION

- Evaluation pratique sur le travail réalisé lors de l'intersession
- [Fiche d'évaluation personne ressource](#)



NOUS CONTACTER

METROERGO SARL

3, rue de la Fontaine
80110 La Neuville Sire Bernard

Tél. : 09 54 45 24 33

Mail : contact@metroergo.fr

www.metroergo.fr



SARL au capital de 10 000€ - SIREN : 494 789 795 RCS Amiens
SIRET : 49478979500023 - Code APE : 7490 B
Organisme de formation : 22 80 01327 80
Préfecture région Picardie