

Troubles musculo-squelettiques

🕒 Durée : 60min

FRANCAIS

ANGLAIS

ESPAGNOL

Les troubles musculo-squelettiques sont une des principales causes d'indemnisation au Québec. Selon l'Enquête québécoise sur la santé de la population menée en 2014-2015, on dit qu'un travailleur sur quatre, soit 25% des travailleurs québécois, souffre de TMS d'origine non traumatiques liés au travail.

Grâce à cette formation, vous prendrez connaissance des différents moyens de prévention et vous serez en mesure de déterminer les facteurs de risque à l'intérieur de l'entreprise.

🎯 Public cible

Elle s'adresse à l'ensemble des travailleurs de tous les secteurs dont les troubles musculo-squelettiques sont présents sur les lieux de travail.

☰ Méthode d'enseignement et d'évaluation

La méthode d'apprentissage pour cette formation en ligne est axée sur l'interactivité, le dynamisme et l'auto-apprentissage. Le suivi se fera au rythme de l'apprenant en fonction de ses disponibilités. Votre compréhension et les compétences acquises seront évaluées à la fin des différents modules.

Ainsi, vous devrez répondre correctement à l'ensemble des questions du module en cours qui seront présentées sous forme de « vrai ou faux » ou « à choix multiples » afin de poursuivre votre progression. En cas d'échec, vous devrez reprendre ce module.



🔪 Avis légal

Aucun avis légal n'est relié à cette formation. D'ailleurs, aucune autre formation ou expérience n'est requise.

⚖️ Intégrité intellectuelle

Vu le sérieux de la démarche et de l'importance du savoir-faire relevant de cette formation, SSTenligne vous invite à respecter l'intégrité de la formation ainsi que ses questionnaires.

Nous vous recommandons de répondre au meilleur de vos connaissances, sans aide et sans plagiat.

Apprentissage visé


Troubles musculo-squelettiques

Module 1	Accueil
Module 2	Troubles musculo-squelettiques - Partie 1
	<ul style="list-style-type: none">– Définition– Dos
Module 3	Troubles musculo-squelettiques - Partie 2
	<ul style="list-style-type: none">– Membres supérieurs– Membres inférieurs
Module 4	Effets sur la santé
	<ul style="list-style-type: none">– Signes et symptômes– Postures compensatoires– Développement des TMS– Évolution des TMS
Module 5	Facteurs de risque - Partie 1
	<ul style="list-style-type: none">– Postures contraignantes– Effort



Apprentissage visé

Troubles musculo-squelettiques

Module 6	Facteurs de risque - Partie 2 <ul style="list-style-type: none">– Répétition– Travail statique– Pression mécanique– Vibrations– Chocs mécaniques– Froid	
Module 7	Moyens de prévention - Partie 1 <ul style="list-style-type: none">– Favoriser une posture neutre– Adapter la hauteur du plan de travail– Aménager le poste de travail– Choisir la hauteur de rangement	
Module 8	Moyens de prévention - Partie 2 <ul style="list-style-type: none">– Planifier la manutention de charge– Utiliser les techniques de manutention– Varier la tâche– Choisir le bon outil– Optimiser l'éclairage	
Module 9	Conclusion	