



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

Dirigeant, salarié personne ressource, salariés, devenez acteurs 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<sup>ère</sup>

La lombalgie représente la première cause d'inaptitude 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



#### Pilote du projet Dirigeant ou délégué

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).

<b>Dirigeant (ou délégataire)</b> Pilote du projet de prévention TMS	Initier, piloter, manager son projet de prévention des TMS Fiche programme & inscription en ligne sur <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/370/FDTMS-Dirigeant-Initier-piloter-et-manager-son-projet-de-prevention-des-troubles-musculosquelettiques-TMS">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/370/FDTMS-Dirigeant-Initier-piloter-et-manager-son-projet-de-prevention-des-troubles-musculosquelettiques-TMS</a>	1 jour
<b>Animateur du Projet</b> - 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/22/Devenir-personne-ressource-du-projet-de-prevention-des-troubles-musculosquelettiques-de-l-etablissement">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/22/Devenir-personne-ressource-du-projet-de-prevention-des-troubles-musculosquelettiques-de-l-etablissement</a>	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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/21/Devenir-charge-de-prevention-des-TMS-de-l-etablissement">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/21/Devenir-charge-de-prevention-des-TMS-de-l-etablissement</a>	4 jours
<b>Salariés</b> 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/27/Devenir-acteur-prap-IBC-prevention-des-risques-lies-a-l-activite-physique-industrie-BTP-commerce-et-activites-de-bureau">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/27/Devenir-acteur-prap-IBC-prevention-des-risques-lies-a-l-activite-physique-industrie-BTP-commerce-et-activites-de-bureau</a>	2 jours

\* liste des organismes de formation habilités : [www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html](http://www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html)



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

<b>Dirigeant (ou délégataire)</b> 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 * <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/380/FDSAP-Dirigeant-d-entreprise-Manager-la-prevention-des-risques-dans-sa-structure-d-aide-ou-de-soin-a-domicile-ou-son-etablissement-sanitaire-et-medico-social">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/380/FDSAP-Dirigeant-d-entreprise-Manager-la-prevention-des-risques-dans-sa-structure-d-aide-ou-de-soin-a-domicile-ou-son-etablissement-sanitaire-et-medico-social</a>	1 jour
<b>Animateur du Projet</b> - 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/37/Devenir-animateur-prevention-dans-le-secteur-sanitaire-et-medico-social-AP-SMS">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/37/Devenir-animateur-prevention-dans-le-secteur-sanitaire-et-medico-social-AP-SMS</a>	7 jours
<b>Salariés</b> 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/30/Devenir-acteur-prap-2S-prevention-des-risques-lies-a-l-activite-physique-sanitaire-et-medico-social">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/30/Devenir-acteur-prap-2S-prevention-des-risques-lies-a-l-activite-physique-sanitaire-et-medico-social</a>	4 jours
	Devenir acteur PRAP (IBC) (destiné au personnel non soignant) Formation animée par les organismes habilités* Organisation : 2 jours <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/27/Devenir-acteur-prap-IBC-prevention-des-risques-lies-a-l-activite-physique-industrie-BTP-commerce-et-activites-de-bureau">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/27/Devenir-acteur-prap-IBC-prevention-des-risques-lies-a-l-activite-physique-industrie-BTP-commerce-et-activites-de-bureau</a>	2 jours

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

<b>Dirigeant (ou délégataire)</b> 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 * <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/380/FDSAP-Dirigeant-d-entreprise-Manager-la-prevention-des-risques-dans-sa-structure-d-aide-ou-de-soin-a-domicile-ou-son-etablissement-sanitaire-et-medico-social">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/380/FDSAP-Dirigeant-d-entreprise-Manager-la-prevention-des-risques-dans-sa-structure-d-aide-ou-de-soin-a-domicile-ou-son-etablissement-sanitaire-et-medico-social</a>	1 jour
<b>Animateur du Projet</b> - 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/34/Devenir-animateur-prevention-dans-le-secteur-de-l-aide-et-du-soin-a-domicile-AP-ASD">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/34/Devenir-animateur-prevention-dans-le-secteur-de-l-aide-et-du-soin-a-domicile-AP-ASD</a>	3,5 jours
<b>Salariés</b> 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/35/Devenir-acteur-prevention-secours-du-secteur-de-l-aide-et-du-soin-a-domicile">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/35/Devenir-acteur-prevention-secours-du-secteur-de-l-aide-et-du-soin-a-domicile</a>	4,5 jours

\* liste des organismes de formation habilités : [www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html](http://www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html)

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

<b>Dirigeant (ou délégataire)</b> 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 * <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/44/Developper-et-manager-la-prevention-des-risques-dans-une-entreprise-du-secteur-du-transport-routier-et-logistique">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/44/Developper-et-manager-la-prevention-des-risques-dans-une-entreprise-du-secteur-du-transport-routier-et-logistique</a>	1 jour
<b>Animateur du Projet</b> - 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 [4+2] et 1 demi-journée d'accompagnement sur site du formateur <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/41/Devenir-animateur-prevention-du-secteur-du-transport-routier-et-logistique-AP-TRL">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/41/Devenir-animateur-prevention-du-secteur-du-transport-routier-et-logistique-AP-TRL</a>	6,5 jours
<b>Salariés</b> 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 <a href="https://formation-prev.fr/carsat-aquit/42/Devenir-acteur-prevention-secours-du-secteur-du-transport-routier-et-logistique">https://formation-prev.fr/carsat-aquit/42/Devenir-acteur-prevention-secours-du-secteur-du-transport-routier-et-logistique</a>	3 jours

\* liste des organismes de formation habilités : [www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html](http://www.inrs.fr/services/formation/demultiplication.html)

## L'offre de formation secteur Propreté

<b>Dirigeant (ou délégué)</b> Pilote de la démarche de prévention	Développer et manager la prévention des TMS Formation animée par l'INHNI <a href="http://www.inhni.com/">www.inhni.com/</a>	1 jour
<b>Animateur du Projet (APTMS)</b> - 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) <a href="http://www.inhni.com/formations/formation-continue/aptms-devenir-animateur-prevention-tms-aptms">www.inhni.com/formations/formation-continue/aptms-devenir-animateur-prevention-tms-aptms</a>	5,5 jours
<b>Salariés</b> 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 <a href="http://www.inhni.com/formations/formation-continue/aps-proprete-acteur-prevention-secours-aps-chefs-dequipe">www.inhni.com/formations/formation-continue/aps-proprete-acteur-prevention-secours-aps-chefs-dequipe</a>	3 jours



Pour ces formations les entreprises peuvent-être financées à hauteur de 70% du montant HT dans le cadre de la Subvention Risque Ergonomique sous réserve de budget. Retrouvez les informations sur le site de la Carsat :

<https://www.ameli.fr/gironde/entreprise/sante-travail/risques/subvention-prevention-risques-ergonomiques>

### 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

Carsat Aquitaine  
80 av de la Jallère  
33053 Bordeaux Cedex

Photos : ©INRS  
DI 160 - Mars 2023