

# ATELIERS

## ECHAUFFEMENTS

Eveil du corps en entreprise : séquences de 10-15 mn avant l'activité physique.

## TRAVAIL SUR ECRAN

Aménagement des postes, présentation de matériels ergonomiques de bureau, conseils personnalisés, quizz, gymnastique des yeux, acupression du visage et étirements.

## ESCAPE GAME

Objectif : En équipe, dans un décor à thème, vous aurez 20mn pour trouver les indices, décoder les messages, résoudre les énigmes et récupérer votre certificat de bonnes pratiques de prévention des TMS.

## MANUTENTIONS ET POSTURES

Bâtiment gros oeuvre : Animation sur les postures et gestes adaptés au port de charges, démonstration de matériel d'aide à la manutention et au montage d'échafaudage.

## MANUTENTIONS ET POSTURES

Bâtiment second oeuvre : Carreleurs, électriciens, plombiers... Présentation d'un dispositif permettant de soulager l'appui sur les genoux et limitant les points de compression.

## MANUTENTIONS ET POSTURES

Secteur tertiaire : Démonstrations de situations contraignantes et axes d'amélioration, conseils pratiques et utilisation d'aides techniques à la manutention.

## GESTES ET POSTURES

Activités de nettoyage : Quizz, exercices pratiques avec utilisation de matériels.

## PETITE ENFANCE

Risques et mesures de prévention : identification des temps générateurs d'usure professionnelle, chasse aux risques, identification des mesures de prévention et présentation des solutions par les animateurs.

## EXOSQUELETTES

Démonstrations et tests d'exosquelettes 100% mécaniques permettant de soulager le port de charges et prévenir les TMS.

## TMSA

**Trouvez Mes Solutions Adaptées** : Venez expérimenter l'outil développé par la MSA.

## MASSAGE AMMA ASSIS

Massage de 10 mn sur chaise ergonomique visant à soulager les tensions et détendre le dos, les épaules, les bras, les mains et la nuque.

MARDI 5 NOVEMBRE 2019  
À SAINT-GAUDENS

Forum des  
**TMS**  
Occitanie

VENDREDI 8 NOVEMBRE 2019  
À ROQUES-SUR-GARONNE

# STANDS

## LES TMS

Les comprendre, les prévenir : temps d'écoute et d'échanges permettant de mieux vous orienter sur le forum.

## AIDE À LA PERSONNE

Solutions de transfert permettant la suppression ou la réduction des efforts du soignant et le maintien de l'autonomie du patient.

## ÉQUIPEMENTS D'AIDE À LA MANUTENTION

Présentation de matériels d'aide à la manutention : chariot à haute levée, chariot à bascule...

## TECHNIQUES DE LEVAGE PAR CORDES

Concept innovant de levage de structures ou de charges lourdes, associé à une approche sécuritaire et ergonomique de l'homme au travail.

## ESPACES VERTS

Présentation d'outils destinés à faciliter le travail de l'homme tout en lui permettant de garantir sa productivité.

## EPI (EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE)

Présentation d'équipements innovants permettant de réduire l'apparition des TMS : gilet d'assistance pour les lombaires, chaussures de sécurité antifatigue restituant près de 50 % de l'énergie...

## FACTEURS AGRAVANTS

Travail au chaud, travail au froid : lien entre températures inadaptées et TMS, conseils de prévention.

## FACTEURS AGRAVANTS

Vibrations : lien entre vibrations et TMS, démonstration d'outils d'évaluation des risques et moyens de prévention.

## FACTEURS AGRAVANTS

Risques Psycho-sociaux : Animation participative avec outil pédagogique pour prévenir les RPS (les causes, les effets et les pistes d'amélioration).

## CONDUITES ADDICTIVES

Information par le réseau professionnel de prévention des addictions sur le bon usage des médicaments.

## MAINTIEN DANS L'EMPLOI

Etat de santé et activité professionnelle : testez vos connaissances et informez-vous !

MARDI 5 NOVEMBRE 2019  
À SAINT-GAUDENS

Forum des  
**TMS**  
Occitanie

VENDREDI 8 NOVEMBRE 2019  
À ROQUES-SUR-GARONNE