

# 1 Contexte



1/3 des accidents de travail est dû à des manutentions.

Les 3/4 des maladies professionnelles sont des Troubles Musculo Squelettiques.

Les métiers de la logistique et de la distribution sont tout particulièrement touchés par ces pathologies.

En complément d'une conception adaptée des locaux, du choix d'équipements ergonomiques et d'une bonne organisation du travail, l'information et la formation des personnels contribuent à la prévention des rachialgies et des TMS.

Kiné Ouest Prévention a acquis depuis 15 ans une expertise en prévention des TMS et du risque physique auprès des entreprises et des métiers de ce secteur.

# 2 Objectifs

Diminuer, chez les participants, la fréquence et la gravité des accidents du travail et des maladies professionnelles liés aux contraintes professionnelles.

Permettre aux participants d'acquérir des savoir-faire et savoir-être leur permettant de mieux contrôler le risque

Participer à la démarche globale de prévention et santé au travail.

# 3 Intervenants :

Kinésithérapeutes, formateurs PAMAL accrédités par Kiné France Prévention



# 4 - Préparation

Validation du projet par le Codir et le CHSCT.

Réunion d'information et d'implication des salariés ciblés par l'action.

Visite des locaux, observation des véhicules, postes et équipements.

Observation et prise de vue de quelques situations à risque.



# 5 Bilans individuels

Evaluation des antécédents, des attentes, des facteurs de risque, des capacités physiques, des savoir-faire posturo-gestuels, conseils personnalisés.

# 6 Formation

3 à 4 demi journées, par groupe de 6 à 12 participants.

Connaitre les causes et les conséquences des pathologies.

Comprendre le fonctionnement de l'appareil locomoteur.

Découvrir son fonctionnement  
économiser son corps au travail.

Pratique de mouvements  
d'échauffement, d'étirement, de  
respiration et de récupération, adaptés  
à chaque salarié et à chaque activité.



Application en situations de travail  
des principes et des consignes de  
confort et de sécurité physique.

Propositions d'amélioration des  
situations comportant un risque.

Objectifs personnels et collectifs de  
mise en application entre les séances  
et après la formation.

## 7 Suivi et perrenisation

Séance de réactivation périodique et  
de recyclages pour les salariés

Formation de référents PAMAL

Mise à jour des fiches de progrès.



**Kiné Ouest Prévention** est une  
association adhérente du réseau **Kiné  
France Prévention**.

Nos programmes de prévention  
concernent différents thèmes de santé  
publique, santé scolaire et santé au travail :  
Lombalgies - Troubles Musculo  
Squelettiques - Stress - Manutentions -  
Travail sur écran - Chutes...

Nos intervenants sont des kinésithérapeutes  
formés à la prévention et à l'éducation pour la santé,  
intervenant dans leurs domaines de compétences.

**Quelques chiffres :**

**200** établissements et services clients

**600** actions réalisées, **15000** agents formés

Nombreuses publications et communications

### Vos interlocuteurs

Christian MEIGNAN, responsable formation

Sandrine MORVAN, Béatrice LEPAGE et Carole  
TARDIVEL, assistantes formation

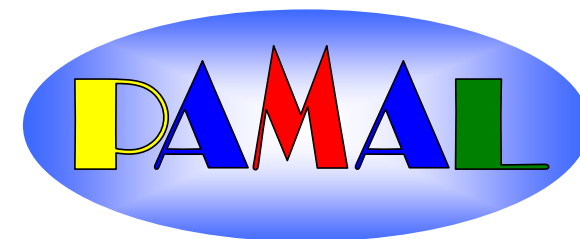
*Pour en savoir plus, consulter notre site*

**[www.kineouestprevention.com](http://www.kineouestprevention.com)**



## Formation « Prévention des Accidents et Maladies de l'Appareil Locomoteur »

**Secteur distribution/logistique**



Page 1 – Contexte

Page 2 – Objectifs, intervenants

Page 3 - Préparation de l'action

Page 4 – Formation PAMAL

Page 5 – Présentation de KOP

**02 96 58 09 02**

**[pamal@kineouestprevention.com](mailto:pamal@kineouestprevention.com)**

**[www.kineouestprevention.com](http://www.kineouestprevention.com)**