

Train the Trainer – Ergocoach

Former des relais internes à la prévention des Troubles Musculosquelettiques

Les 11, 18 et 25 juin 2027 de 9h à 16h30

Développer une expertise de terrain et la capacité à la transmettre.

Les participants apprennent à repérer et analyser les facteurs de risque des TMS, puis à concevoir des actions de prévention adaptées au travail réel.

Manutention : principes d'action de Denys Denis (IRSST), adaptés aux situations de travail.

Objectifs

À l'issue de la formation, les participants pourront :

- Repérer les facteurs de risque des TMS au travail.
- Observer les contraintes physiques et les gestes répétés.
- Transmettre des repères et animer les échanges d'équipe.

Durée de la formation 3 jours.

Le parcours alterne apports ciblés, analyses de situations, exercices pratiques et entraînement à l'animation. Chaque futur formateur prépare une séquence qu'il pourra adapter aux réalités de son équipe.

1 journée en entreprise : observer la manutention et les gestes répétitifs pour comprendre les difficultés du terrain.

Programme

- Comprendre les TMS et leurs facteurs de risque
- Repérer contraintes physiques et répétitivité
- Observer le travail réel et ses variations
- Analyser les situations et les déterminants
- Manutention : principes d'action (Denys Denis, IRSST)
- Adapter les principes à la tâche et au contexte
- Identifier des pistes de prévention à la source
- Construire des objectifs et messages pédagogiques
- Préparer une séquence destinée à ses collègues
- S'entraîner à animer et recevoir du feedback

Mise en pratique

- Analyse collective de situations observées dans l'entreprise.
- Retour d'expérience entre pairs et ajustement des messages de prévention.

Public cible

Personnes ressources internes amenées à relayer la prévention et à former leurs collègues : travailleurs expérimentés, chefs d'équipe, encadrants et acteurs de prévention (Conseiller en prévention, Médecin du travail, Ergothérapeute, Kinésithérapeute, Infirmière)

Compétences pédagogiques des relais

- S'appuyer sur l'expérience et les savoir-faire des travailleurs.
- Faire émerger les difficultés et les stratégies réellement utilisées.
- S'exercer à transmettre en situation, en binôme et en groupe.
- Se positionner en facilitateur, donner un feedback utile et soutenir les solutions du groupe.

Formateur

Nicolas Draye est ergonome européen (Eur.Erg.) et maître-assistant en ergonomie à la HELHa. Enseignant, consultant et formateur, il accompagne des équipes en entreprise dans l'analyse du travail et la prévention des TMS.

Lieu et adresse de la formation :
HELHa : Rue Trieu Kaisin, 136, 6061 Montignies-s-Sambre
Et une entreprise externe partenaire
Renseignements :
secretariat-ceref-sante@helha.be
0477/ 563 257

Inscriptions en ligne : https://cerefsante.helha.be/
Date limite d'inscription : 28 mai 2027
Prix : 400 EUR* – Min. 10 - Max. 20 participants

**Les pauses-café et une petite restauration sont comprises dans les frais d'inscription.*

CeREF SANTÉ