

# PRÉVENTION DES TMS NOS VIDÉOS



## LES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES (TMS), C'EST QUOI ?

Les troubles musculosquelettiques sont des atteintes physiques à notre corps. Ils peuvent provenir d'une combinaison de facteurs : notamment les gestes, les postures et l'effort, mais aussi l'environnement et le poste de travail.

## POUR ÉVITER LES TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES (TMS)

Visionnez nos vidéos pour vous accompagner dans votre politique de prévention des troubles musculosquelettiques.

Prévention, Protection et... Action !



1

## LA MANUTENTION DE PATIENTS

Tout savoir pour optimiser la manutention de vos patients

Cliquez sur un module en fin d'introduction.



2

## COMMENT AMÉNAGER MON ESPACE DE TÉLÉTRAVAIL ?

Des conseils pour bien aménager son espace de télétravail

Nathalie Cock, Responsable Unité - Ergonomie et Secourisme



3

## COMMENT M'ASSEOIR EN TÉLÉTRAVAIL ?

Des conseils pour bien vous asseoir en télétravail

Nathalie Cock, Responsable Unité - Ergonomie et Secourisme



4

## TRAVAILLER ASSIS AVEC LE SOURIRE

Suivez pas à pas notre vidéo pour aménager votre poste de travail devant écran.

GRÂCE À NOS QUELQUES ASTUCES,  
PRÉSERVEZ VOTRE SANTÉ !



ABONNEZ-VOUS  
À NOTRE CHAÎNE  
YOUTUBE



CESI