

Les **Troubles Musculo-Squelettiques** sont des pathologies qui affectent principalement les nerfs, les muscles, les tendons et les articulations.



## Chiffres clés « L'Essentiel\* »

**+ 60 %**  
en 10 ans des TMS  
reconnus d'origine  
professionnelle

**87 %**  
des maladies professionnelles  
sont des TMS

**1 milliard d'€**  
de coûts par an, couvert par  
les cotisations des entreprises

## 13<sup>e</sup> mois

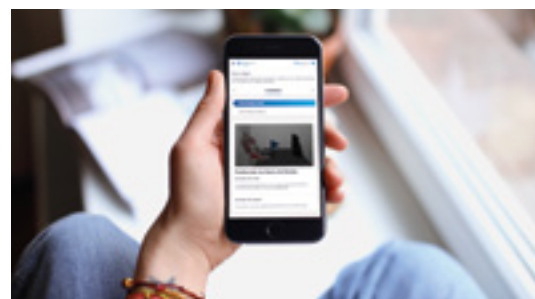
L'équivalent d'un 13<sup>e</sup> mois  
par salariés atteints ou non

- + De plus en plus de TMS sont liés aux activités professionnelles, aux sports et aux loisirs.
- + Première cause d'inaptitude au travail.
- + Un salarié ayant un poste de travail spécifique et des activités personnelles distinctes requiert une prévention individualisée et adaptée à l'ensemble de ses pratiques.

\*chiffres 2016

## Expertise certifiée

Des kinésithérapeutes-osthéoopathes en collaboration avec des professionnels de santé spécialisés et des chercheurs en science de l'éducation électronique mettent leurs compétences et leurs années d'expertise, issues de leurs pratiques quotidiennes, au profit de la lutte contre les TMS.



- + Des tutoriels illustrés, commentés et faciles à suivre pour une prévention sur l'ergonomie, le renforcement musculaire et les étirements

- + Conçus en collaboration avec des médecins, professionnels de santé et chercheurs en science de l'éducation
- + Adaptés à toutes les activités de la vie professionnelle et privée.

## 3 principes à assimiler pour être bien dans son corps



### ÉTIREMENTS

Les étirements passifs, à pratiquer après l'exercice physique, permettront de réinitialiser la tension des muscles contractés durant l'activité.

Les postures d'étirements, à pratiquer en dehors et à distance de toutes activités physiques, engendreront un gain d'amplitude articulaire et une excellente souplesse musculaire.



### RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Le renforcement musculaire permet d'optimiser l'endurance, la résistance et la puissance des muscles. Quelle que soit l'activité, il permettra d'améliorer les performances dans de bonnes conditions.

### ERGONOMIE

Adopter une bonne ergonomie permet au corps d'être placé dans les postures les plus favorables lors d'activités professionnelles mais aussi privées.



## Web App Kinalgo® Corporate

Kinalgo® Corporate est une web app innovante qui accompagne les employeurs dans leur obligation légale concernant la santé au travail de leur personnel.

Son algorithme unique en son genre et ses tutoriels 3D faciles à comprendre pour les non-initiés permettent une totale autonomie de l'utilisateur, qui assimilera enfin les bons réflexes et permettra à terme de limiter l'apparition de TMS.

Cet outil accessible via toute interface numérique prend en compte l'exposome\* musculo-squelettique complet de l'individu, puisque l'ensemble des activités professionnelles et personnelles y sont intégrées. Il permet ainsi de fournir une prévention ultra individualisée à chaque employé, en terme d'ergonomie, d'étirements et de renforcement musculaire.



Kinalgo® Corporate procure aussi des comptes gestionnaires aux cadres ayant des responsabilités concernant la prévention des TMS (Direction, RH, Médecine du travail, QHSE, CHSCT, CSSCT,...). Cette assistance 3.0 éprouvée et performante leur fera gagner du temps, et permettra des retours d'utilisation sur la partie professionnelle, les données personnelles restant bien entendu protégées.

## L'innovation pour la prévention des TMS au travail

ENTREPRISES  
ADMINISTRATIONS  
COLLECTIVITÉS



www.kinalgo.com

Les TMS au travail



1 Expertise Certifiée



3 Principes



Kinalgo® Corporate

\*Loi de santé 2016

## Réduisez vos risques de TMS Innovez avec Kinalgo® Corporate !

#1

L'employé remplit son profil personnel, professionnel (obligatoire) et privé le plus précisément possible, afin de permettre à Kinalgo® Corporate de mieux le connaître pour lui conseiller une prévention individualisée.



#2

Dans son bilan, il découvre toutes les vidéos 3D personnalisées suivant les éléments renseignés dans son profil. Ergonomie, étirements et renforcement musculaire, comme jamais vu ailleurs.

En plus, d'autres conseils personnalisés selon le profil !



Email

Password

CONNEXION

#3

Il visionne les vidéos en suivant ces instructions, de façon à pratiquer correctement, puis à assimiler les bons gestes et postures.

La vraie prévention des TMS est en marche !

#4

La playlist Premiers Secours sensibilise les non-initiés et maintient le niveau de vigilance des personnes déjà formées.



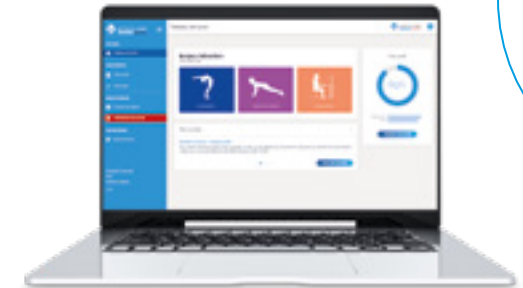
#5

Le tableau de bord permet de garder un oeil sur l'état du profil, les vidéos et conseils mis à jour régulièrement ainsi que sur les nouvelles notifications et informations reçues.

**Une web app innovante avec des vidéos 3D pour apprendre les bons gestes au travail comme à la maison**

#6

Le cadre responsable de la prévention des TMS, peut consulter les statistiques, envoyer des vidéos à visionner par ses employés, créer des campagnes de prévention, générer de l'information pour la santé de ses personnels, et autres.



Apprendre, comprendre et assimiler l'ensemble des gestes essentiels à la prévention des TMS, au travail comme à la maison.

VOTRE CONTACT PRIVILÉGIÉ

**Sébastien Bourrel**  
06 16 74 88 35  
sebastien.bourrel@kinalgo.com



[www.kinalgo.com](http://www.kinalgo.com)