



## Ergonomie au poste de travail adaptée à vos métiers : Recyclage (Classe virtuelle)



Accessibilité  
handicap

### Objectif :

- ✓ Reconnaître les différentes pathologies liées à l'activité physiques de travail
- ✓ Appliquer les principes de base de la manutention en fonction des postes de travail

### Programme :

**1ère étape : Tour de table**

**2ème étape : Quiz d'évaluation avant la formation (1h)**

**3ème étape :**

#### **Théorie**

- Les situations de travail
  - Ambiances physiques de travail
  - Retour d'expérience des salariés
  - Observations faites par l'ergonome
- Les risques liés à l'activité
  - Les pathologies articulaires et les TMS
  - Les pathologies discales
- Comment agir pour la prévention de ces risques?
  - Bons comportements
  - Conseils en terme d'hygiène de vie
  - Respect des règles de sécurité

#### **Pratique (2h )**

- > Séance d'échauffement

#### **Modalités pédagogiques**

- Formation en distanciel
- Support de formation PowerPoint
- Vidéos
- Quiz
- Ateliers de mise en pratique

#### **Modalités d'évaluation des acquis**

- Évaluation

Durée	Nombre de participants	Prérequis	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
2h30 à 3h	8 à 10 maximum	Les stagiaires devront avoir suivis la formation initiale « Ergonomie au poste de travail » dans les 8 à 12 mois	Employés ayant un poste de travail à manutention manuelle et travail répétitif	Un ergonome	Intra-entreprise Classe virtuelle	600€ HT par groupe, soit 60 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes