



## Ergonomie au poste de travail adaptée à vos métiers : Recyclage



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 :**

#### **Théorie**

- 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 )**

- Mise en situation des stagiaires à leur poste de travail
- Mini-étude d'ergonomie au poste de travail
- Films et photos sur le poste de travail afin d'évaluer les bonnes et mauvaises postures
- Débriefing en salle de formation et visionnage des séquences vidéo avec les stagiaires

#### **Modalités pédagogiques**

- Formation en présentiel
- Support de formation PowerPoint
- Vidéos
- Quizz
- Ateliers de mise en pratique

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

- ✓ Évaluation sur le terrain par la mise en pratique des postures au poste de travail
- ✓ Évaluation individuelle (QCM)

Durée	Nombre de participants	Prérequis	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
½ journée	5 à 6 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	800€ HT par groupe, soit 80 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes