



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

Objectif :

- ✓ Connaître les différentes pathologies liées à l'activité physique de travail (articulaires/discals/TMS)
- ✓ Être capable de réaliser les techniques de manutention en fonction des postes de travail

Programme :

Module 1 – Théorie sur l'ergonomie et les TMS (1h) :

- ⇒ Introduction et généralités
 - ◆ Définition de l'ergonomie
 - ◆ Objectifs de l'ergonomie
- ⇒ Les situations de travail
 - ◆ Ambiances physiques de travail
 - ◆ Pathologies articulaires et TMS

Module 2 – Théorie sur le dos et mise en application via une vidéo (1h) :

- ⇒ Le dos et ses pathologies
- ⇒ Comment agir pour la prévention de ces risques (pour ne pas se blesser)
 - ◆ Bons comportements
 - ◆ Techniques de manutention
 - ◆ Respect des règles de sécurité

Modalités pédagogiques :

- ✓ Formation en classe virtuelle
- ✓ Support de formation PowerPoint
- ✓ Vidéo personnalisée en fonction de l'entreprise
- ✓ Quiz
- ✓ Mémento fournis après la formation et personnalisé en fonction de l'entreprise
- ✓ Plateforme de visioconférence

Modalités d'évaluation des acquis :

- ✓ Évaluation individuelle (QCM)

Durée	Nombre de participants	Prérequis	Personnel concerné	Intervenant	Type de formation	Prix
3 à 4 heures	8 à 10 maximum	Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à la formation	Employés ayant un poste de travail à manutention manuelle et travail répétitif	Un ergonomiste	Intra-entreprise Classe virtuelle zoom	800 € HT par groupe, soit 80 € HT par stagiaire pour un groupe de 10 personnes

Rappel de la législation

DIRECTIVE DU CONSEIL du 29 mai 1990 concernant les prescriptions minimales de sécurité et de santé relatives à la manutention manuelle de charges comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs (quatrième directive particulière au sens de l'article 16 paragraphe 1 de la directive 89/391/CEE) (90/269/CEE)

Article R4541-1 Les dispositions du présent chapitre s'appliquent à toutes les manutentions dites manuelles comportant des risques, notamment dorso-lombaires, pour les travailleurs en raison des caractéristiques de la charge ou des conditions ergonomiques défavorables.

Article R4541-8 L'employeur fait bénéficier les travailleurs dont l'activité comporte des manutentions manuelles :

1° D'une information sur les risques qu'ils encourent lorsque les activités ne sont pas exécutées d'une manière techniquement correcte, en tenant compte des facteurs individuels de risque.

2° D'une formation adéquate à la sécurité relative à l'exécution de ces opérations. Au cours de cette formation, essentiellement à caractère pratique, les travailleurs sont informés sur les gestes et postures à adopter pour accomplir en sécurité les manutentions manuelles.

Article L4141-1 L'employeur organise et dispense une information des travailleurs sur les risques pour la santé et la sécurité et les mesures prises pour y remédier.