

## OBJECTIFS

- Analyser les postes de travail **et proposer** des solutions adaptées.
- Développer la culture des collaborateurs de leur entreprise.

## PROGRAMME

- Qu'est-ce que l'ergonomie ?
- Les impacts d'une sollicitation des articulations liés à la manutention – TMS :
  - Le poignet
  - L'épaule
  - Le cou
  - La colonne vertébrale
- Découverte de repères ergonomiques : Données anthropométriques de variabilité humaine.
- Mise en œuvre de méthodologie d'analyse de poste :
  - La grille APACT
  - La manutention (norme X35-109)
  - Les gestes répétitifs (norme X35-119)
- Promouvoir la culture ergonomique dans son entreprise.
- Les acteurs de l'entreprise en matière d'ergonomie
- Accompagner l'identification de solutions pour réduire les TMS.
- Durant l'intersession : travail personnel
  - Analyse d'un poste
  - Rédaction d'un rapport d'étude
  - Préparation d'un exposé
- Retour d'expérience (3<sup>ème</sup> jour optionnel) :
  - Présentation de l'exposé dans des conditions proches de celles rencontrées en entreprise.

## CARACTERISTIQUES

- **Durée : 2 jours + 1 jour optionnel** avec un travail personnel durant l'intersession.
- **Formation intra-entreprise ou inter-entreprise** (12 participants maximum).
- **Pédagogie** : Une pédagogie dynamique et participative qui permet aux participants de développer leurs connaissances en matière d'ergonomie. Les exercices de découverte sont complétés par des apports théoriques, par des échanges et des retours d'expérience entre les participants. A l'issue de la formation des axes d'amélioration et de possibles solutions seront identifiés par les participants.

## PUBLIC CONCERNE / PREREQUIS

- Toute personne confrontée à des problématiques ergonomiques dans le cadre de ses activités professionnelles et désireuse de devenir actrice de l'amélioration.
- Aucun prérequis est nécessaire pour suivre cette formation.

## FORMATEUR

**Vincent GIROMELLA**

- Il est consultant formateur et auditeur en sécurité au travail et en environnement.
- Ses domaines d'expertises sont le Document Unique, le Risque chimique, le Bruit, l'Ergonomie au poste de travail, les Systèmes de Management.
- Il est certifié par la Fédération de la Formation Professionnelle (FFP).