

Penser ergonomie et prévention des risques en situation de travail

Gestes et postures

PUBLIC



Toute personne concernée par l'organisation du travail et son influence sur l'Homme.

PRÉREQUIS

Aucun.

OBJECTIFS



Comprendre ce qu'est l'ergonomie.

APTITUDES

Capacité à apporter une vision nouvelle.
Sens des responsabilités.

COMPÉTENCES VISÉES

Identifier les enjeux de la prise en compte du facteur humain dans tous les projets d'amélioration des conditions de travail.

Mettre en place les bonnes pratiques ergonomiques en situation de travail.

MÉTHODES UTILISÉES

Supports remis aux participants en séance.
Ateliers de mise en pratique. Ateliers réflexifs.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Évaluation de l'acquisition des connaissances au travers des exercices pratiques. QCM d'évaluation en fin de formation.

DURÉE



Durée : 2 jours | Délai d'accès : sur demande

TARIF

A partir de **300** euros par personne / jour

MODALITÉS

Présentiel/ à distance/ mixte

PROGRAMME

Définition

- Ergonomie
- Accident du travail, Maladie professionnelle
- Troubles Musculo-squelettiques

Acteurs de la prévention

- CRASAT, Inspection du travail
- Médecin du travail – médecin référent de la structure
- Responsable de l'établissement, Salariés

Réglementation

Anatomie

- Squelette, Colonne vertébrale
- Muscle, Tendon
- Mouvements du corps humain

Rythmes biologiques

Facteurs de risques

- Bruit, ambiance thermique, éclairage
- Pollution, manutention
- Organisation du travail, Risques Psycho-Sociaux

Processus d'utilisation et revue des outils de cotation

- Présentation des outils et leurs objectifs
- Utilisation des outils et méthodes :
 - Le « Questionnaire Pénibilité »
 - Le « Questionnaire KARASEK »
 - La « Méthode RULA »
 - La « Méthode d'analyse des manutentions manuelles » (INRS ED 776)
 - Questionnaire sur les Troubles Musculo-squelettiques (Document INRS DMT N° 83)

Mise en pratique

- Travail assis / organisation du poste de travail
- Port et manutention de charge
- Technique de management (action sur les risques psycho-sociaux)