

L'ergonomie pour les non spécialistes

-Référence: **QST-3**

-Durée: **2 Jours (14 Heures)**

Les objectifs de la formation

- S'approprier les notions de base de l'ergonomie.
- Identifier l'apport de l'ergonomie au travail.
- Intégrer les notions de rythme et de charge mentale.
- Améliorer l'aménagement des espaces de travail.

A qui s'adresse cette formation ?

POUR QUI :

- RRH, Cadre RH, Médecin du travail, Resp. santé sécurité, Membre CSSCT/CSE, Resp. de l'ergonomie.

PRÉREQUIS :

- Aucun.

Programme

- **Maîtriser les notions de base de l'ergonomie**
 - Améliorer le poste de travail : pourquoi, comment ? intérêt de l'ergonomie pour l'efficacité et la productivité au travail ; les obligations légales ; impliquer les acteurs compétents dans l'analyse et la conception des postes de travail.
 - Les connaissances fondamentales en ergonomie : postures, fréquences, efforts, risques de Troubles Musculo Squelettique.
- **Travailler sur l'aménagement des espaces de travail**
 - Les positions assises ou debout prolongées.
 - Les postes informatiques : posture assise, écran d'ordinateur, clavier.
 - L'aménagement des bureaux et des salles de réunion.
 - Orientation par rapport aux points d'éclairage : cas des bureaux en open space.
- **Pratiquer l'analyse ergonomique d'un poste de travail**
 - Le cas particulier des postes de travail assis.
 - La spécificité liée aux postes de travail debout.
 - Analyser une situation, un poste de travail et proposer des améliorations.

Programme

- Être attentif à l'aménagement matériel : mobilier, accessoires de travail.
- **Passer de l'ergonomie au développement du bien-être au travail**
 - Mesurer et agir sur la charge mentale.
 - Anticiper les facteurs de charge mentale : outil de mesure.
 - Intégrer l'impact des rythmes de travail.
 - Réaliser un diagnostic ergonomique.
 - Impliquer tous les acteurs : DRH, CHSCT/CSSCT médecins du travail.



(+212) 5 22 27 99 01



(+212) 6 60 10 42 56



Contact@skills-group.com

Nous sommes à votre disposition :
De Lun - Ven 09h00-18h00 et Sam 09H00 – 13H00

Angle bd Abdelmoumen et rue Soumaya, Résidence Shehrazade 3, 7ème étage N° 30
Casablanca 20340, Maroc