



L'ERGONOMIE POUR LES NON-SPÉCIALISTES : Les fondamentaux pour le bien-être des collaborateurs

Le mardi 17 juin 2025



**L'ERGONOMIE POUR LES
NON-SPÉCIALISTES**

📍 Présentiel

Public

RRH - Cadre RH - Medecin du travail - Responsable Santé et Sécurité - Membre du CSSCT/CSE

Prérequis

Aucun

Formatrices

Mathilde FINE et Sophie PELVET ergothérapeutes

Objectifs

- 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

Programme

1. Les notions de bases de l'ergonomie
2. Analyse ergonomique d'un poste de travail
 - Les connaissances fondamentales en ergonomie : postures, fréquences, efforts, risques de Troubles Musculo-Squelettiques
 - Les obligations réglementaires
 - L'écart entre travail prescrit et travail réel
 - Facteurs organisationnels et humain
 - Accessibilité du numérique
 - 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
 - Être attentif à l'aménagement matériel : mobilier, accessoires de travail et outils informatiques, éclairage, open space
 - Bonus



Durée

1 jour soit 7 heures



Lieu

Dans les locaux d'AFIGEC



Validation visée

Attestation de formation



Informations pratiques



Modalités d'accès

Réservé à des groupes intra entreprise



Délai d'inscription

Prévoir un délai d'environ 4 à 8 semaines entre votre demande et la mise en œuvre de votre action de formation



Référent Handicap

Marie CHARAVEL
05 63 59 69 68



Tarif

400 € par stagiaire

Nous contacter pour tout besoin particulier quant à l'accès à cette formation (contraintes horaires, alimentaires, mobilité...)



Besoin de renseignements ?

Contactez-nous :  formation@afigec-informatique.fr

 05 63 59 69 68



L'ERGONOMIE POUR LES NON-SPÉCIALISTES : Les fondamentaux pour le bien-être des collaborateurs

Le mardi 17 juin 2025



**L'ERGONOMIE POUR LES
NON-SPÉCIALISTES**

📍 Présentiel

Programme

3. L'ergonomie au service de la santé et du bien-être des collaborateurs

- Agir sur la charge mentale
- Anticiper les facteurs de charge mentale : outil de mesure
- Impact des rythmes de travail
- Réaliser un diagnostic ergonomique
- L'ergonomie organisationnelle
- Impliquer les acteurs : DRH, CSE, CSSCT, médecins du travail

Méthodes & Moyens Pédagogiques

- Formation dispensée en face à face (groupe de 3 à 8 personnes maximum)
- Alternance d'apports méthodologiques et de nombreux cas concrets
- Mise en situation : action + expérimentation
- Diagnostic ergonomique d'un poste de travail
- Mise à disposition de l'ensemble des documents relatifs à la formation via un accès personnalisé

Suivi & Évaluation

- Évaluation du besoin en amont de la formation par le service formation
- Évaluation tout au long de la journée par les mises en situation proposées par nos formatrices
- Feuille d'émargement
- Évaluation de satisfaction à chaud
- Évaluation à froid
- Attestation de formation individualisée



Durée

1 jour soit 7 heures



Lieu

Dans les locaux d'AFIGEC



Validation visée

Attestation de formation



Informations pratiques



Modalités d'accès

Réservé à des groupes intra entreprise



Délai d'inscription

Prévoir un délai d'environ 4 à 8 semaines entre votre demande et la mise en œuvre de votre action de formation



Référent Handicap

Marie CHARAVEL
05 63 59 69 68



Tarif

400 € par stagiaire

Nous contacter pour tout besoin particulier quant à l'accès à cette formation (contraintes horaires, alimentaires, mobilité...)



Besoin de renseignements ?

Contactez-nous :  formation@afigec-informatique.fr

 05 63 59 69 68