

## Analyse ergonomique de postes de travail

### « Repérer et améliorer les problématiques liées à l'ergonomie »

#### Objectifs pédagogiques de la formation

- Observer et analyser une situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain afin d'identifier les différentes atteintes à la santé
- Prendre en compte les différents domaines de l'ergonomie
- Proposer des améliorations en lien avec les problématiques identifiées

#### Public concerné

- Concepteurs en bureau d'études mécanique
- Méthodistes en production
- Référent sécurité
- La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

#### Prérequis

- Avoir une sensibilité à l'ergonomie

#### Niveau minimum de connaissances nécessaires à l'entrée en formation

- Connaissance minimale : évaluation ergonomique de posture
- **Formation intra-entreprise** : la vérification des prérequis se fait par l'entreprise, en collaboration avec l'organisme de formation et l'intervenant.
- **Formation inter-entreprises** : la vérification des prérequis se fait par l'organisme de formation et l'intervenant, lors de la préparation de la formation avec l'entreprise et le stagiaire

#### Moyens pédagogiques

- Apport théorique et méthodologique
- Formation basée sur la résolution d'études de cas communiquées par une entreprise OU mise en situation des participants sur le terrain  
→ Idéalement des postes de travail de stagiaires
- Support pédagogique remis aux participants
- Support de présentation de la formation
- Exercices avec corrigés
- Echanges interactifs
- Echanges d'expérience entre le formateur et les participants

#### Moyens techniques

- Formation en salle : partie théorique et explications apportées en salle
- Exercices et mise en application réalisés sur le terrain si mise en situation des participants
- Vidéoprojecteur : 1
- Paperboard/tableau blanc : 1
- Support pédagogique pour les participants : envoi par mail en amont de la formation
- Matériel/Eléments à prévoir ou à apporter par les participants : matériel habituel de suivi de formation (bloc notes, stylos, PC, ...)
- EPI obligatoires en vigueur dans l'entreprise d'accueil le cas échéant

## PROGRAMME

### Introduction

#### Accueil des participants

- Déroulé de la formation
- Rappel des objectifs de la formation
- Tour de table et attentes des participants par rapport à la formation
- Présentation du programme détaillé de la formation
- Explications des modalités d'évaluation des connaissances acquises
- Compléter la Fiche d'évaluation des acquis du stagiaire (partie « En début de formation »)
- Rappel des consignes de sécurité : voir règlement intérieur
  - 🦋 De l'entreprise d'accueil si formation en intra-entreprise ou sur site d'une entreprise
  - 🦋 De l'organisme de formation si formation dans des locaux hors entreprise

### Contenu de la formation

#### Observer et analyser une situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain, afin d'identifier les différentes atteintes à la santé

- Caractériser les dommages liés à l'activité physique en utilisant les connaissances relatives au fonctionnement du corps humain
  - 🦋 Comprendre le fonctionnement du corps humain
  - 🦋 Repérer les limites du fonctionnement du corps humain
  - 🦋 Identifier et caractériser les différentes atteintes à la santé
- Observer une situation de travail pour identifier ce qui peut nuire à sa santé
  - 🦋 Observer et décrire une activité de travail en prenant en compte sa complexité
  - 🦋 Identifier et caractériser les risques potentiels liés à l'activité physique
  - 🦋 Analyser les différentes causes d'exposition à ces risques potentiels.

#### Prendre en compte les différents domaines de l'ergonomie

- Différencier le travail prescrit du travail réel
  - 🦋 Acquérir les notions de tâche et d'activité
  - 🦋 Définir la tâche de travail pour l'étude de cas
  - 🦋 Savoir définir la typologie de poste suivant l'activité de travail
- Identifier les différents facteurs de l'ergonomie et les définir
  - 🦋 Focus sur les aspects Biomécaniques, Organisationnels, Environnementaux & Psycho-sociaux
- Maîtriser les caractéristiques induites par ces facteurs
  - 🦋 Décrire les notions propres à la posture : anthropométrie, champ de vision et volumes d'atteinte, ... / Cotation posturale (RULA)
  - 🦋 Acquérir les notions propres à l'effort : port de charge, efforts manuels et fréquence, ...
  - 🦋 Définir les principes organisationnels : flux de pièces, de personnes, rotation de poste, ...
  - 🦋 Intégrer les principes environnementaux : bruit, température, lumière et vibrations
  - 🦋 Prendre en compte les données psychosociales : charge mentale, signaux et stéréotypes
- Comprendre leur impact sur la conception d'un poste de travail

## Proposer des améliorations en lien avec les problématiques identifiées

- Définir une typologie de moyens à mettre en œuvre pour répondre aux problématiques liées à l'ergonomie
- Évaluer l'impact de la solution envisagée sur l'activité étudiée
- Sélectionner le moyen le plus adapté à l'activité parmi cette typologie
- Réenvisager l'activité pour contourner les problématiques.

## Clôture de formation

### Documents à compléter par les participants et à remettre au formateur

- Feuille(s) d'émargement (à signer au fur et à mesure)
- Fiche d'évaluation des acquis du stagiaire (partie « En fin de formation »)
- Fiche d'évaluation à chaud de la formation

### Tour de table

- Bilan de formation & ressenti du formateur
- La formation a-t-elle répondu aux objectifs et aux attentes ?

### Date

A définir

### Durée

1 jour

### Nombre participants

Nb mini : 4

Nb maxi : 10

### Lieu

En fonction des participants

### Intervenant

Thibaut GRANTE

### Compétences

- Consultant Ergonome
- Ingénieur en Mécanique et Ergonomie
- Intervenant en Prévention des Risques Professionnels
- Référencé CARSAT
- Avenant, ouvert et bon communicant

### Evaluation des résultats de la formation

- Feuille d'émargement
- Attestation de présence
- Fiche d'évaluation à chaud de la formation
- Attestation de fin de formation avec évaluation du niveau d'acquisition des objectifs de la formation
- Modalités d'évaluation des connaissances acquises, en cours et/ou en fin de formation (possibilité de compléter certains questionnaires au moyen d'un QR code) :
  - 🔗 Exercice pratique sur un cas d'étude avec mise en situation pour chaque participant.
  - 🔗 Fiche d'auto-évaluation des acquis du stagiaire
  - 🔗 Questionnaire d'évaluation à froid de la formation : pour le stagiaire et l'entreprise

Contact [cs@vehiculedefutur.com](mailto:cs@vehiculedefutur.com) – MAJ 06/05/2026 CS