Cabinet Professionnel de Formation Industrielle



Ergonomie au Poste de travail

Lien : https://cpfi-formation.com/formation/ergonomie-au-poste-de-travail

DURÉE
3 jours (21h)

RÉFÉRENCE
PRS25

CATÉGORIE
Méthodes de Production

CPFI Formation

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Comprendre les notions de base de l’ergonomie
- Acquérir les principes de la démarche ergonomique
- Évaluer l'ergonomie d'un poste de travail
- Appliquer les principales mesures et normes d'ergonomie d'un poste de travail industriel

POUR QUI ?

- Toute personne dont la position de travail exige ponctuellement ou régulièrement des efforts physiques ou des sollicitations répétitives ou travaux de manutention manuelle en milieu industriel
- Toute personne prenant part à la mise en place ou création de poste de travail ou réalisant des modifications sur des postes de travail en milieu industriel

CPFI
Cabinet Professionnel de Formation Industrielle



Programme détaillé

1 / Les fondamentaux de l’ergonomie au travail

- Définitions, construction et objectifs de l’ergonomie
- Intérêt de l’ergonomie pour l’efficacité et la productivité au travail
- Enjeux et coûts de la non-prise en compte de l’ergonomie dans les organisations du travail :humains économiques, organisationnels
- Les connaissances fondamentales en ergonomie : postures, fréquences, efforts, risques de Troubles Musculo-Squelettiques
- Les obligations légales, dangers, situations dangereuses, dommage, risque, accident / incident, accident du travail, maladie professionnelle, ...
- L'écart entre travail prescrit et travail réel

2 / Démarche Ergonomique de Conception

- Analyse de la demande
- Analyse de la situation de travail existante
- Diagnostic de la situation travail existante
- Étude ergonomique approfondie
- Optimisation

3 / Comprendre et analyser la situation de travail

- Tâche prescrite / activité réelle
- Schéma des 5 carrés
- Activités physiques et cognitives au travail
- Observer pour comprendre l’activité réelle

CPFI Formation

- Outils d’observation et d’analyse

4 / 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

5 / 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
- Être attentif à l’aménagement matériel : mobilier, accessoires de travail

6 / L’ergonomie au service du bien-être au travail

- Notions de Charge mentale
- 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

CPFI Formation

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

11 au 13 Nov. 2026	Distanciel
24 au 26 Fév. 2027	Présentiel - Casablanca
21 au 23 Avr. 2027	Présentiel - Casablanca
16 au 18 Juin 2027	Présentiel - Casablanca
18 au 20 Août 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@cpfi-formation.com
Web : https//www.cpfi-formation.com

CPFI Formation — Tous droits réservés