

## Etudier un poste de travail ergonomique et productif – C001

**Une qualification référencée au Répertoire Spécifique n°RS5532, éligible au CPF.**

*Garantir la validité des temps unitaires et optimiser l'organisation au poste.  
Renforcer la réflexion technique pour assurer la conformité des produits  
Réduire les risques de maladies professionnelles*



### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

---

À l'issue de la formation, le stagiaire saura, de façon autonome :

- Réaliser un diagnostic de poste
- Chronométrer avec jugement d'Efficacité
- Réaliser une cotation ergonomique d'un poste de travail avec COT'ERGO
- Optimiser la saturation des opérateurs à l'aide d'un simogramme
- Proposer des solutions d'améliorations, en démontrant les enjeux économiques

### PUBLIC CONCERNÉ

---

- Responsables et Techniciens : Méthodes et Industrialisation

### PRÉ-REQUIS

---

- Connaître le milieu industriel et le fonctionnement d'un atelier de production.

### PROGRAMME DÉTAILLÉ

---

#### Le diagnostic du poste de travail

- La vidéo du mode opératoire
- Les entrées et sorties du poste
- La constitution d'un temps unitaire
- **La mesure des temps par chronométrage**
  - Le découpage en ELTRAS
  - Le chronométrage avec Jugement d'Efficacité.
  - Cycles courts et cycles longs
  - Les coefficients compensateurs de dépense énergétique
  - La saturation des opérateurs par simogramme
- **Réduire les risques ergonomiques – COT'ERGO**
  - Définitions
  - La démarche et les paramètres de la cotation
  - La table ERGO COGITE
  - La cotation ergonomique
  - Le profil ergonomique d'un poste de travail

#### Les projets d'amélioration

- L'optimisation des modes opératoires par la critique constructive
- L'optimisation de la saturation des opérateurs par le simogramme
- Le rangement, l'ordre et la propreté du poste
- Les règles d'aménagement des postes
- Proposer des solutions pour limiter les risques TMS
- Proposer des solutions pour détromper (POKA-YOKE)

## Les enjeux économiques d'une étude et le planning de mise en œuvre

### Rédaction du dossier poste : le POPOMES

#### Les + DE COGITE

---

- Une table de cotation, des supports informatiques pour la cotation ergonomique et pour le chronométrage seront remis à chaque participant.
- Avec notre démarche, tous les paramètres du poste de travail sont sous contrôle après étude.
- Obtenir un titre professionnel reconnu par l'Etat français et les partenaires sociaux.
- Financer sa formation avec son Compte Personnel de Formation (CPF).

#### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

---

- Pédagogie constituée d'apports théoriques et méthodologiques, et enrichie par des études de cas réactualisées en permanence grâce à nos chantiers opérationnels
- Travaux de groupe favorisant les échanges
- Partage d'expérience des participants et du formateur
- Support de cours remis à chaque participant

#### MODALITÉS D'ÉVALUATION DE LA FORMATION

---

- Autoévaluation en début et fin de formation
- Evaluation formative tout au long de la formation
- Exercices pratiques/études de cas
- Questionnaire de satisfaction en fin de formation

Pour l'obtention du certificat, le stagiaire devra obtenir la note d'au moins 12/20 aux évaluations suivantes :

- QCM « ergonomie » et « chronométrage » en fin de session
- Présentation orale d'une étude de cas individuelle devant un jury le dernier jour

#### SUIVI DE L'EXECUTION DE LA FORMATION

---

- Feuille d'émargement
- Attestation de fin de formation remise au participant.

#### MODALITÉS D'ACCES

---

- **Durée** : 7 jours /49 heures – 3 + 2 + 2 jours répartis sur 2 mois maximum
- **Dates** : nous consulter
- **Horaires** : 8h30-17h
- **Lieu** : en présentiel, dans les locaux de COGITE ATLANTIQUE, ou en intra (site à définir)
- **Accessibilité** : Nos formations peuvent être accessibles aux personnes en situation de handicap. Chaque situation étant unique, nous vous recommandons de nous contacter avant votre inscription. Nous pourrions ainsi vous détailler les possibilités d'accueil pour vous permettre de suivre la formation dans les meilleures conditions ou vous orienter si besoin vers les structures spécialisées.  
Nos locaux ne sont pas accessibles aux personnes à mobilité réduite mais nous nous engageons à louer un local adapté dans le cas d'accueil PMR.

- **Effectif par session** : 3 à 6 personnes
- **Modalité d'accès** : bulletin d'inscription à nous retourner complété, ou via notre site internet
- **Délai d'accès** : 6 mois maximum

## TARIF

---

- Inter : 2800€ HT par personne, déjeuners offerts
- Intra : nous contacter pour devis

Prise en charge OPCO possible

## FORMATEUR(S)

---

- **David BARANGER** : Co-gérant, consultant formateur LEAN MARNUFACTURING
- **Philippe MARJOT** : Co-gérant, consultant formateur LEAN MARNUFACTURING, instructeur MOST®

## CONTACT

---

- **Email** : [cogite-atlantique@cogite-atlantique.com](mailto:cogite-atlantique@cogite-atlantique.com)
- **Téléphone** : 02.40.18.02.95
- **Site internet** : [www.cogite-atlantique.com](http://www.cogite-atlantique.com)