

## Réduire les Risques Ergonomiques « COT'ERGO » - D005

Obtenir un profil ergonomique du poste pour cibler les axes prioritaires d'améliorations et mesurer l'impact des solutions proposées sur le confort de l'opérateur au travail.

### OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

---

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

- Réaliser un diagnostic ergonomique par analyse vidéo
- Utiliser la grille d'audit pour interviewer les opérateurs
- Réaliser une cotation ergonomique d'un poste de travail
- Etablir le profil ergonomique initial d'un poste
- Chiffrer les enjeux économiques grâce à l'analyse des risques ergonomiques
- Rechercher des solutions simples et efficaces par la critique constructive
- Soumettre un nouveau profil ergonomique d'un poste

### PUBLIC CONCERNÉ

---

- Responsables, ingénieurs, technicien/nes des services : Méthodes, Production, Amélioration Continue, Industrialisation, Logistique, HSE

### PRÉ-REQUIS

---

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

### PROGRAMME DÉTAILLÉ

---

#### Définition de l'ergonomie aux postes

- Les postes de travail et leur environnement

#### Démarche ergonomique COGITE

- Le diagnostic ergonomique du poste par analyse vidéo
- La grille d'audit COGITE pour interviewer l'opérateur
- La cotation ergonomique
- Liste des paramètres de la cotation :
  - Aménagement des postes
  - Charges physiques
  - Charges mentales
  - Risques T.M.S.
- Les tables de cotation  
→ Profil ergonomique initial du poste

#### Analyser les risques ergonomiques et chiffrer les enjeux

#### Rechercher des solutions simples et efficaces par la critique constructive

- Informations sur les T.M.S.
- Respect des angles de confort
- Rappels sur les règles d'aménagement des postes  
→ Profil ergonomique proposé du poste

## Les + DE COGITE

---

- Un diagnostic ergonomique de poste en 2 heures
- Quantification de l'ergonomie sur une échelle de risques de 1 à 10 représentée sur 1 seul graphique.
- Support informatique GRATUIT

## 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
- Une étude de cas sur film servira de support pédagogique.
- Utilisation du logiciel développé par COGITE.
- Documentation remise au stagiaire :
  - Support de cours, grille d'audit et table de cotation
  - Fiche gestes nocifs et amplitudes articulaires à risque
  - Logiciel de cotation COT'ERGO

## 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
- Contrôle des connaissances acquises par QCM

## SUIVI DE L'EXECUTION DE LA FORMATION

---

- Feuille d'émargement
- Attestation de fin de formation

## MODALITÉS D'ACCES

---

- **Durée** : 3 jours /21 heures – 2 + 1 jours
- **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 : 1200€ 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)