



# Association Méditerranéenne de Secourisme

SIRET : 75401475100012

NDA : 93 06 07870 06

**FNMNS**

N° : W062006226

D-06-02

## Ergonomie au poste de travail

<b>Prérequis :</b>	Aucun
<b>Objectifs :</b>	A la fin de la formation, le participant pourra mettre en œuvre ses compétences afin d'optimiser ses actions tout en veillant à sa santé et sa sécurité.
<b>Aptitude :</b>	Le participant est capable de mettre en œuvre les positions et recommandations ergonomiques dans le but d'améliorer et optimiser ses actions de travail tout en veillant à sa santé et sa sécurité.
<b>Compétences :</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>-S'approprier les notions de base de l'ergonomie.</li><li>-Identifier l'apport de l'ergonomie dans l'efficacité du travail.</li><li>-Intégrer les notions de rythme et de charge mentale.</li><li>-Améliorer l'aménagement des espaces de travail.</li></ul>
<b>Durée :</b>	7 h
<b>Délai d'accès :</b>	Notre équipe de formation permet un accès à cette dernière suivant la programmation de l'entreprise demandeuse. Les formations peuvent être en place sans délais.
<b>Tarifs :</b>	600 euros le groupe de 10 stagiaires.
<b>Méthodes mobilisées :</b>	Exposés participatifs, questionnement, Approche par compétences, jeux de rôle.
<b>Modalités d'évaluation :</b>	Évaluation continue formative.
<b>Accessibilité :</b>	L'adaptabilité à la personne spécifique à cette formation permet notre intervention directement sur des sites tels que les ESAT afin de former les travailleurs en situation de handicap.



AMS 06, 207 Boulevard du Mercantour, 06200 Nice  
Tel : 06 40 73 61 03 Courriel : [contact@ams-06.fr](mailto:contact@ams-06.fr) Site : <http://www.ams-06.fr>  
Siège administratif : 331 Chemin de la FUONTE, 06670 Levens





# Association Méditerranéenne de Secourisme

SIRET : 75401475100012

NDA : 93 06 07870 06

N° : W062006226

D-06-02

## FNMNS

### Programme (7h)

10 minutes

ACCUEIL ET PRESENTATIONS

45 minutes

ASPECTS REGLEMENTAIRES DE LA PREVENTION DES RISQUE

45 minutes

ASPECTS PHYSIOPATHOLOGIQUES LIES AU POSTE DE TRAVAIL

45 minutes

LE RYTHME ET LA CHARGE MENTALE

45 minutes

LES DIFFERENTS POSTE DE TRAVAIL

1 heure

LES BONNES PRATIQUES ERGONOMIQUES

2 heures 40 minutes

JEUX DE RÔLE

10 minutes

ADMINISTRATIF ET FIN DE FORMATION