



# Formation - Ergonomie poste de travail

PROG-FPERGO

À destination des managers et responsables HSE : bases, mise en œuvre

V7.0 - MAJ 2026-06

Page 1/2

Fiche programme de formation - 3SAFE Morgan DETOISIEN

## DURÉE

1 jour / 7 heures

## RYTHME

Dates définies avec le client

## PARTICIPANTS

10 personnes maximum

## TARIF

700 € (dépt. 50 et 14) — autres départements : nous contacter

### Identification de l'action

**Formation :** Ergonomie poste de travail

**Référence :** PROG-FPERGO - Version : V7.0 - Mise à jour : 2026-06

**Organisme :** 3SAFE Morgan DETOISIEN

**NDA :** 28 50 01329 50 ne vaut pas agrément de l'État

**SIRET :** 438 408 676 00056

Habilitation SST réseau CARSAT n°H37226/2021/SST-1/0/14

Liste d'agrément Préfecture Normandie SSCT CSE et Liste Économique financière et sociale - Centre AIPR n°1317 Ministère de l'Environnement

### Objectifs pédagogiques

**Objectif général :** permettre aux participants de maîtriser les bases de l'ergonomie afin d'analyser un poste de travail et de proposer des aménagements adaptés. À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Identifier les notions fondamentales, les enjeux et les outils de l'ergonomie.
- Analyser un poste de travail, repérer les axes de vigilance et les contraintes associées.
- Proposer des aménagements ergonomiques adaptés aux postures et aux situations observées.
- Formaliser les étapes d'un plan d'action d'aménagement ergonomique.

### Public visé, prérequis et admission

**Public visé :** Managers, personnes en charge de l'aménagement des espaces de travail, membres du CSSCT/CSE.

**Prérequis :** Aucun.

### Durée, rythme et modalités de déroulement

**Durée :** 1 jour / 7 heures

**Rythme / période :** Dates définies avec le client.

**Participants :** 10 personnes maximum

**Format :** 100 % présentielle : 7 h.

**Lieu / accès :** Présentiel en intra uniquement. Location de salle possible (nous contacter).

**Délais d'accès :** Entrée possible sous 30 jours après validation administrative, sous réserve de disponibilité.

### Contenu et progression pédagogique

#### Séquence 1 - Fondamentaux de l'ergonomie

- Définition, enjeux et obligations légales associées.
- Lien entre ergonomie, bien-être et performance.

#### Séquence 2 - Analyse ergonomique du poste de travail

- Identifier les axes de vigilance et les contraintes du poste.
- Comprendre les matériels ergonomiques et les postures assises/debout.
- Cas pratique : analyse vidéo et tournée terrain en atelier.

#### Séquence 3 - Plan d'action d'aménagement ergonomique

- Prioriser les axes d'intervention selon les besoins et contraintes.
- Mobiliser les acteurs de l'entreprise dans une démarche participative.
- Formaliser un plan d'action adapté et en assurer le suivi par retour d'expérience.
- Activité : construction d'un plan d'action ergonomique efficace.



# Formation - Ergonomie poste de travail

PROG-FPERGO

V7.0 - MAJ 2026-06

Page 2/2

À destination des managers et responsables HSE : bases, mise en œuvre

Fiche programme de formation - 3SAFE Morgan DETOISIEN

## Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

**Méthodes pédagogiques :** alternance d'apports, démonstrations, exercices, échanges de pratiques, études de cas et mises en situation.

**Moyens techniques :** salle adaptée, support de projection, documents pédagogiques, outils numériques ou collaboratifs.

**Supports :** support de formation, fiches pratiques, ressources complémentaires / livrables remis.

## Modalités de suivi, assiduité et accompagnement

**Suivi de l'exécution :** feuille d'émargement, suivi de l'assiduité, traçabilité des exercices et accompagnement pendant la formation.

**Évaluation des résultats :** positionnement initial (+2jours), évaluations formatives pendant les séquences, évaluation finale des acquis par quiz, cas pratique.

**Sanction de l'action :** attestation de fin de formation ou certificat de réalisation transmis à l'issue de l'action selon les modalités applicables.

## Évaluation des acquis et sanction de l'action

**Évaluation des résultats :** positionnement initial, évaluations formatives pendant les séquences, évaluation finale des acquis par quiz, cas pratique, observation ou production attendue.

**Sanction de l'action :** attestation de fin de formation et certificat de réalisation transmis à l'issue de l'action selon les modalités applicables.

## Accessibilité et adaptation handicap

Les personnes en situation de handicap sont invitées à signaler leurs besoins d'aménagement le plus tôt possible afin d'étudier les adaptations raisonnables.

**Référent handicap :** [contact@3safe.fr](mailto:contact@3safe.fr)

**Modalités possibles :** adaptation des supports, rythme, modalités d'évaluation, accessibilité des locaux ou orientation vers partenaires spécialisés.

## Tarif, financement et modalités administratives

**Tarif :** 700 € (départements 50 et 14); autres départements : nous contacter.

**Modalités de règlement :** Selon CGV.

## Contacts, réclamations et amélioration continue

**Contact administratif et pédagogique :**

[morgan.detoisien@3safe.fr](mailto:morgan.detoisien@3safe.fr) - 07 80 59 68 92 - [contact@3safe.fr](mailto:contact@3safe.fr)

**Site :** <https://3safe.fr>

**Réclamations :** [contact@3safe.fr](mailto:contact@3safe.fr). Les retours participants et commanditaires sont analysés dans une logique d'amélioration continue.

**Adresse :** 292, rue des Azalées 50000 Saint-Lô

## Indicateurs et informations complémentaires

**Indicateurs qualité :** résultats détaillés visibles sur [3safe.fr](https://3safe.fr). Taux satisfaction stagiaires 2024 : formations réalisées en tant que sous-traitant. Avis stagiaires en 2025 « recommanderiez-vous cette formation » : 100 % (formations réalisées en tant que sous-traitant).

## Informations pratiques permanentes

**Lieu / accès :** Présentiel en intra uniquement. Location de salle possible (nous contacter).

## Besoins matériels stagiaires

Si besoin EPI pour pratique, la convocation indique les besoins.

Livret, stylo et carnet de notes sont fournis au stagiaire.

Documents post-formation numériques à disposition.

## Équipe pédagogique

L'action est animée par un formateur en prévention et préventeur IPRP, chargé de l'animation pédagogique, du suivi des acquis et de l'adaptation des méthodes aux besoins du groupe. Référent pédagogique : Morgan DETOISIEN mobilisé pour le suivi administratif et pédagogique.