

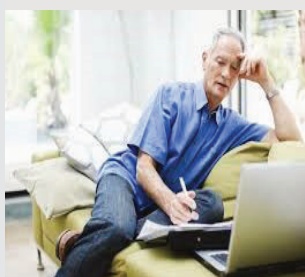
- Réglage du volant
- Réglage du miroir
- L'utilisation de la transmission
- Communications mobiles
- Le comportement et les pauses du conducteur
- Stockage
- Manutention

Des équipements ergonomiques supplémentaires seront également considérés si nécessaire. À la suite de l'évaluation, un rapport détaillé est fourni qui décrit les questions ergonomiques, de santé et sécurité identifiées, les changements apportés au moment de l'évaluation ainsi que d'autres recommandations à prendre en considération.

## Formation Ergonomiques

### Complete

## Station de travail ergonomique à domicile



Cette offre est destinée aux organisations qui souhaitent que leurs collaborateurs mettent en place leurs propres postes de travail selon des principes ergonomiques, avec l'aide de la formation, du matériel de support Ergoplus et le soutien d'un consultant Ergoplus sur site.

Cette formation est dispensée sur place pour des groupes de 10 à 15 personnes et est présentée en modules d'une ou deux heures et inclut des informations sur l'anatomie liée aux principes ergonomiques, les risques associés à une mauvaise configuration ergonomique, des informations sur la configuration du poste de travail, et peut inclure des informations sur les exercices de pause.

Le consultant prendra ensuite un temps pour fournir un soutien sur place et répondre aux questions de vos employés.

Ce service offre une évaluation ergonomique de poste de travail pour les employés qui travaillent à domicile. Ainsi, l'employeur est tenu de fournir un environnement de travail sécuritaire pour leurs employés. À ce titre, il est préférable d'évaluer l'adéquation de l'environnement familial pour s'assurer que le lieu de travail (c.-à-d. La maison) ne constitue pas un risque pour la sécurité de l'employé. L'évaluation est effectuée au domicile de l'employé et implique un examen ergonomique et une revue de l'environnement général de son espace de travail d'un point de vue santé et sécurité à domicile. Des ajustements seront apportés aux meubles existants (dans la mesure du possible) conformément aux principes ergonomiques.

# ERGOPLUS

## Evaluation Ergonomique

### Améliorer la sécurité et la productivité



- Evaluation Ergonomique du Poste de Travail
- Evaluation Ergonomique du Vehicule
- Evaluation Ergonomique du Domicile
- Formation Complete

ERGOPLUS REHABILITATION

E-mail: [info@ergoplus-suisse.ch](mailto:info@ergoplus-suisse.ch)  
[www.ergoplus-suisse.ch](http://www.ergoplus-suisse.ch)

# COMMENT ÊTES-VOUS ASSIS ?

## Ecran

Réglez l'écran de sorte que votre vision soit au niveau du centre

## Genoux

Les angles de vos genoux doivent être au moins à 90 degrés

## Pieds

Plat, légèrement écartés et appuyé sur le plancher

## Epaule

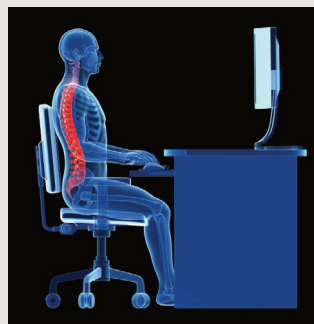
Vos épaules doivent être détendues à tout moment

## Dossier

Ajusté correctement, votre dossier doit soutenir la courbe dans le bas du dos

## Hauteur d'assise

Votre hauteur d'assise doit être ajustée à vos besoins individuels



## Évaluation ergonomique des postes de travail

Chaque évaluation est réalisée sur place et comprend une révision de la configuration du poste de travail et de l'ajustement des équipements existants conformément aux principes ergonomiques. Pour minimiser les perturbations pour les employés, ces évaluations sont volontairement courtes (15-20 minutes de durée). En raison des contraintes de temps, une éducation ergonomique limitée est fournie oralement au cours de ces évaluations. Des documents d'aide-mémoire sont toutefois fournis sous la forme de documents distribués qui décrivent les principes ergonomiques standards. Les recommandations de changement sont fournies dans un rapport de synthèse qui est envoyé dans un délai de 10 jours.

## Évaluation ergonomique complète des postes de travail

Cette évaluation est la plus appropriée pour les employés qui éprouvent des douleurs ou des symptômes sur le lieu de travail ou ceux qui sont susceptibles de rencontrer des problèmes. Les employés soumis à cette évaluation seront instruits sur les principes ergonomiques et ils seront en mesure de configurer correctement leur futur poste de travail ou incorporer de nouveaux équipements ergonomiques. Il est également prévu un contact avec les praticiens traitants et un service de conseil thérapeu-

tique. Après l'évaluation, un rapport détaillé est fourni qui décrit les questions ergonomiques identifiées, des conseils à l'achat de chaises ou d'équipement, des conseils pour l'aménagement ou le réaménagement des espaces de travail, les changements apportés à la journée ainsi que d'autres recommandations à prendre en considération.

## Évaluation ergonomique des véhicules



L'évaluation implique une révision de la configuration ergonomique dans le véhicule et tout ajustement en ligne avec les principes ergonomiques et les recommandations de changement dans un rapport de synthèse.

Les principaux domaines couverts par l'évaluation sont les suivants:

- Collecte d'informations sur les symptômes que l'employé peut rencontrer
- Analyse des tâches de conduit
- Assise et réglage du siège du conducteur