



IPRP  
Lazennec



Compétence, réactivité et créativité à votre service.

## Le catalogue des formations.



**Donner à réfléchir,  
à expérimenter,  
à valider.  
S'appropriier  
pour s'autonomiser.**



IPRP  
Lazennec

**Compétence, réactivité et créativité à votre service.**



## La composition de l'équipe IPRP - Lazennec.

Intervenants pluridisciplinaires :

**Responsable des projets : Daniel Lazennec** – Intervenant en **Prévention des Risques Professionnels**, analyste de situations de travail, formateur, ergomètre, concepteur de solutions ergonomiques, enseignant de gouvernance physique.  
[contact@iprp-lazennec.com](mailto:contact@iprp-lazennec.com) . Mobile et SMS : 06 72 46 23 43.

**Michaël Said** – Ergonome, psychologue cognitif, formateur,

**Robert Mourey** – Assistant de prévention, sophrologue, formateur.

**Société AGC, groupe Proman,**  
123, chemin de Talence  
Centre Commercial Christus  
40.990 SAINT PAUL LES DAX.

N° formateur : 26.71.01232.71

Responsable administrative : Aurélie Fourtens Courriel : aurelie.fourtens@agc-portage.com

Tél. : (05) 58 35 41 41





IPRP  
Lazennec

## ATTESTATION DE COMPETENCE



DIRECTION DU PERSONNEL,  
DE LA MODERNISATION ET DE L'ADMINISTRATION  
Sous-Direction des Politiques Sociales  
et des Conditions de Travail

Marseille, le 10 Mars 2005

DELEGATION DEPARTEMENTALE DE L'ACTION SOCIALE  
DES BOUCHES DU RHONE  
52 rue Liandier 13008 MARSEILLE  
SERVICE MEDICAL  
Docteur Nadine SABATIER

Téléphone: 04/98/20/67/35  
Télécopie: 04/98/20/67/39  
nadine.sabatier@opma.finances.gouv.fr



J'atteste avoir assisté et participé en 2004 à une formation dispensée par Mr Daniel LAZENNEC de la société ERGOGRAF dans le cadre de la formation continue des agents de la Trésorerie générale des Bouches du Rhône

. J'ai été très intéressée par l'originalité de la présentation de cette formation intitulée « positions de travail ; stress ». En effet, le caractère pragmatique, clair, pratique dans le ressenti de la posture, et dans les conseils formulés s'appuyant sur un argumentaire scientifique tant sur l'aspect gestion du stress que sur le volet postural., permet à mon avis de favoriser une bonne compréhension des processus en cause ainsi qu'une responsabilisation des participants

Par ailleurs ,je suis régulièrement en relation avec la société ergograf pour des conseils et aides d'aménagement de poste de travail de personnes présentant des problèmes de santé.

DrSABATIER

Médecin de prévention



MINISTÈRE DE L'ÉCONOMIE  
DES FINANCES ET DE L'INDUSTRIE



## MODULES :

Pages Titres

### **GOVERNANCE PHYSIQUE ET SITUATIONS DE TRAVAIL :**

- 5 Travailler devant écran(s), positions et organisation des outils de travail.
- 6 Manutentionner, positions et outils de travail.
- 7 Améliorer les positions et l'organisation de travail.
- 8 Etre acteur de sa santé, tous métiers.
- 9 Animer la prévention des positions de travail.
- 10 Analyser des positions et situations de travail (membres des CHSCT).
- 11 Référent pour l'accessibilité des locaux.
- 12 Référent contre la pénibilité au travail.
- 13 et 14 Référent en amélioration des positions et des situations de travail.
- 15 Acheter du matériel pour la prévention.

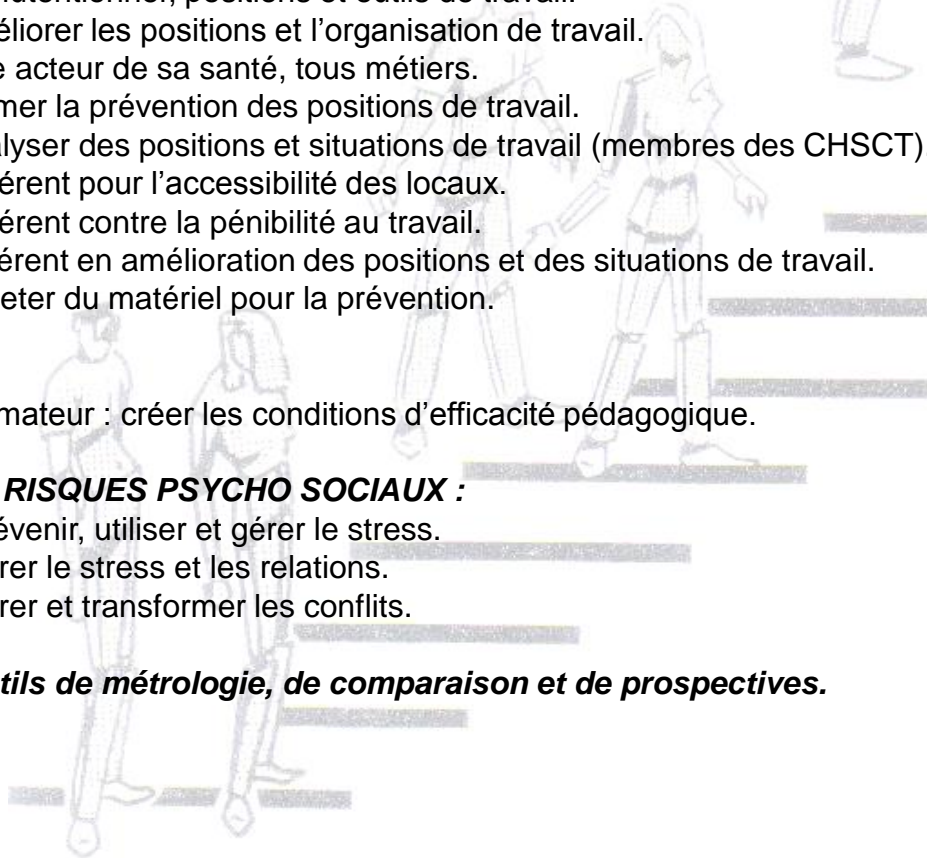
### **PEDAGOGIE :**

- 16 Formateur : créer les conditions d'efficacité pédagogique.

### **DOMAINE DES RISQUES PSYCHO SOCIAUX :**

- 17 Prévenir, utiliser et gérer le stress.
- 18 Gérer le stress et les relations.
- 19 Gérer et transformer les conflits.

20, 21 et 22 ***Outils de métrologie, de comparaison et de prospectives.***





Personnes concernées :  
Informaticiens,  
secrétaires,  
utilisateur  
d'ordinateur (plus de  
deux heures  
quotidiennes).

## TRAVAILLER DEVANT ÉCRAN(S) POSITIONS ET ORGANISATION DES OUTILS DE TRAVAIL

### VOS BESOINS :

- Améliorer la prévention des T.M.S.
- Optimiser l'organisation et la productivité des tâches de bureau en optimisant l'agencement autour de l'informatique (gain de temps par la suppression des gestes inutiles et nocifs pour la santé).
- Des solutions contre la fatigue, les douleurs (yeux, nuque, dos, lombaires, jambes, etc.) engendrées par le travail devant l'écran.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en optimisation des positions de travail appliquées au travail devant écran, programme théorique et exercices pratiques.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

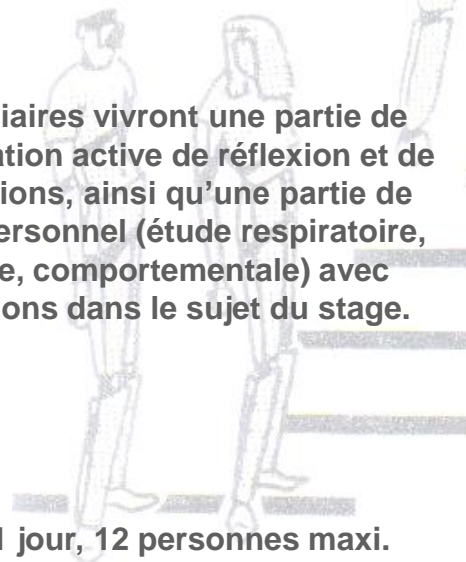
Durée : 1 jour, 12 personnes maxi.

### Etre capable de :

- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs dues à l'utilisation prolongée de l'ordinateur,
- Apporter des solutions efficaces,
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée,
- Mieux gérer son temps de travail.

### Programme :

- Présentation des paramètres posturaux et comportementaux,
- Informations sur la localisation des problèmes, évaluation de causes,
- Apprentissage des solutions posturales,
- Recommandations sur l'organisation matérielle,
- Applications pratiques et personnalisées sur un poste de travail.





Personnes  
concernées :  
Manutentionnaires

## MANUTENTIONNER, POSITIONS ET OUTILS DE TRAVAIL

### VOS BESOINS :

- Améliorer la prévention des T.M.S. (biomécanique, physiologie).
- Améliorer la gestion des positions suivant les tâches : porter, pousser, tirer, ...
- Des solutions pour alléger la fatigue et prévenir les douleurs engendrées par ce métier et en prévenir les troubles.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en optimisation des positions de travail appliquées au travail spécifique des manutentionnaires, programme théorique et exercices pratiques.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

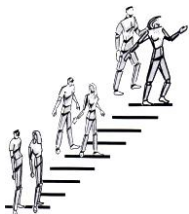
Durée : 1 jour, 8 personnes maxi.

### Etre capable de :

- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs dues aux postions du métier,
- Apporter des solutions efficaces,
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée,
- Mieux gérer son organisation.

### Programme :

- Présentation des paramètres posturaux et comportementaux,
- Informations sur la localisation des problèmes, évaluation de causes,
- Recommandations et apprentissage des solutions posturales et respiratoires (gestion posturale et techniques compensatoires),
- Applications pratiques et personnalisées par exercices différents,
- Évaluation du stage et certificat.



Personnes  
concernées :  
Tous métiers

## AMELIORER LES POSITIONS ET L'ORGANISATION DE TRAVAIL

### VOS BESOINS :

- Améliorer la prévention des T.M.S. (biomécanique, physiologie).
- Améliorer la gestion des positions nécessaires aux tâches spécifiques.
- Des solutions pour alléger la fatigue et prévenir les douleurs engendrées par ce métier et en prévenir les troubles.
- Optimiser l'utilisation des outils de travail.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en optimisation des positions de travail appliquées au travail spécifique des opérateurs, programme théorique et exercices pratiques.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 1 jour, 8 personnes maxi.

### Etre capable de :

- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs,
- Apporter des solutions efficaces,
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée,
- Utiliser efficacement et consciemment ses outils de travail,
- Mieux gérer son temps et son espace de travail.

### Programme :

- Présentation des paramètres posturaux et comportementaux,
- Informations sur la localisation des problèmes, évaluation de causes,
- Recommandations et apprentissage des solutions posturales et respiratoires (gestion posturale et techniques compensatoires),
- Applications pratiques et personnalisées par exercices différents,
- Utilisations appliquées des outils de travail,
- Évaluation du stage et certificat.



Personnes  
concernées :  
Tous métiers

## ETRE ACTEUR DE SA SANTE

### VOS BESOINS :

- Améliorer la prévention des T.M.S. (biomécanique, physiologie).
- Améliorer la gestion des positions nécessaires aux tâches spécifiques.
- Des solutions pour alléger la fatigue et prévenir les douleurs engendrées par ce métier et en prévenir les troubles.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés dans la préparation physique, au soulagement et à la récupération adaptés au métier, programme théorique et exercices pratiques.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, relaxatoire, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 1 jour, 8 personnes maxi.

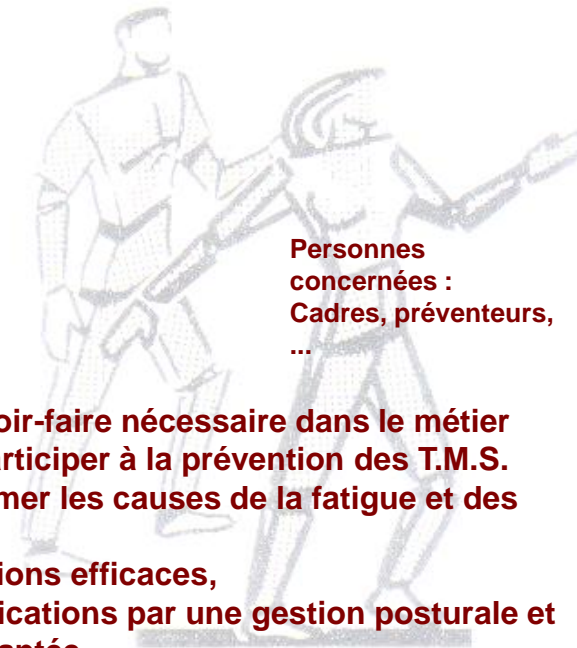
### Etre capable de :

- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs,
- Prévenir les complications par une gouvernance physique,
- Utiliser efficacement et consciemment les techniques d'étirements, de mouvements, d'auto massages et de détente soit pour se préparer avant la prise de service, soit pour soulager telle ou telle partie du corps lors des pauses et pour effectuer ses tâches avec plus d'économies musculaire et articulaire.

### Programme :

- Présentation des paramètres posturaux et comportementaux,
- Informations sur la localisation des problèmes, évaluation de causes,
- Recommandations et apprentissage des solutions posturales et respiratoires (gestion posturale et techniques compensatoires),
- Applications pratiques et personnalisées par exercices différents,
- Évaluation du stage et certificat.





Personnes  
concernées :  
Cadres, préventeurs,  
...

## ANIMER LA PREVENTION DES POSITIONS DE TRAVAIL

### VOS BESOINS :

- Savoir transmettre les indications adéquates pour :
- Améliorer la prévention des T.M.S. (biomécanique, physiologie).
- Améliorer la gestion des positions nécessaires aux tâches spécifiques.
- Des solutions pour alléger la fatigue et prévenir les douleurs engendrées par ce métier et en prévenir les troubles.
- Optimiser l'utilisation, l'organisation et l'accessibilité des outils de travail.

### NOS RÉPONSES :

- Une transmission de savoir-faire et une intervention terrain.
- Un programme théorique et des exercices pratiques.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude posturale, respiratoire, comportementale, rédaction des données) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 3 jours

Une journée au sein du module « Préparation physique », puis un autre jour, deux à trois semaines après. En suivant, mise en application sur le terrain des connaissances et savoir-faire appris. Réalisation du bilan. Ensuite une dernière journée pour analyse de l'expérience et validation des acquis.

### Etre capable de :

- Transmettre le savoir-faire nécessaire dans le métier considéré afin de participer à la prévention des T.M.S.
- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs,
- Apporter des solutions efficaces,
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée,
- Utiliser efficacement et consciemment ses outils de travail,
- Mieux gérer son temps et son espace de travail.
- Animer une équipe dans le domaine de la préparation physique.

### Programme :

- Présentation des paramètres posturaux et comportementaux,
- Informations sur la localisation des problèmes, évaluation de causes,
- Recommandations et apprentissage des solutions posturales et respiratoires (gestion posturale et techniques compensatoires),
- Applications pratiques et personnalisées par exercices différents,
- Utilisations appliquées des outils de travail,
- Évaluation du stage et certificat.



**Personnes concernées :**  
Membres CHSCT,  
Délégués du personnel.

## ANALYSER DES POSITIONS ET DES SITUATIONS DE TRAVAIL (membres CHSCT)

### VOS BESOINS :

- Avoir à votre disposition, pour vous aider dans vos missions au sein du CHSCT, des éléments concrets pour :
- Identifier les situations à risques dans le domaine des T.M.S. (biomécanique, physiologie) et du stress (capacité de gouvernance des activités mentales, cognitives et physiques).
- Connaître les bases ergonomiques nécessaires.

### NOS RÉPONSES :

Des stages spécialisés sur les éléments d'analyse des positions et des postes de travail nécessaires à l'identification des situations de travail à risques ainsi que sur les leviers et moyens d'actions possibles (compétences complémentaires des différents acteurs de la santé au travail, méthodes et outils d'évaluation, réglementation, ...).

Durée : 8 jours

- Théorie ergométrique et ergonomique : 2x2 jours,
- Mise en situation et validation de la formation : 2 jour consécutifs au module théorique, puis deux autres jours deux à trois semaines après (deux journées de restitution de la première mise en situation avec travail personnel et mise en commun ; puis deux autres journées de mise en situation et validation des acquis).

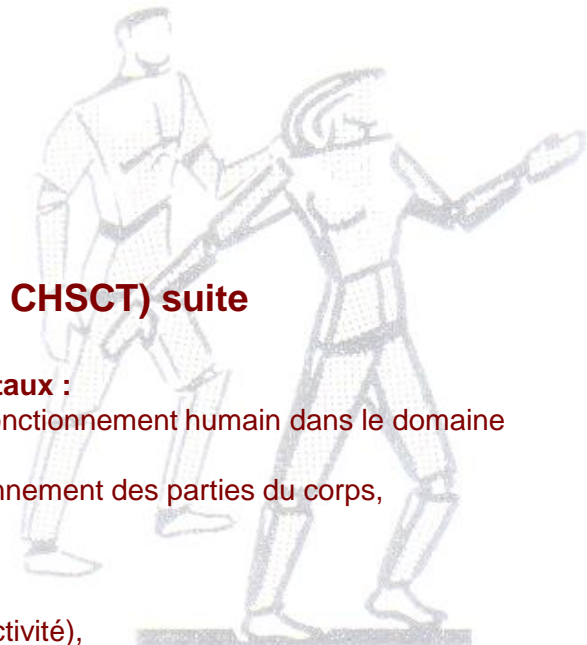
- 4 personnes maxi.

### Etre capable de :

- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs,
- Apporter des solutions efficaces,
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée.

### Programme :

- Identifier plus facilement les situations à risques (positions de travail, ergométrie, ergonomie, stress, ...),
- Identifier les rôles et moyens d'actions des différents interlocuteurs (médecins de la santé au travail, IPRP, experts agréés, ...) pouvant concourir à la prévention,
- Mettre en œuvre les éléments figurant dans le cadre légal dédié à la prévention.



## ANALYSER DES POSITIONS ET DES SITUATIONS DE TRAVAIL (membres CHSCT) suite

### ERGOMETRIE :

L'analyse ergométrique apporte un éclairage indispensable pour aider au positionnement des personnes en situation de travail afin d'optimiser le fonctionnement physiologique et prévenir (stress, troubles musculo-squelettiques, respiration, digestion, ...). Dans cet objectif, elle aide à mettre en parallèle le positionnement des outils de travail et l'optimisation physiologique.

### ERGONOMIE :

L'analyse ergonomique du travail fournit les outils pour mettre en évidence, à partir de l'étude des activités réelles du travail, les facteurs qui déterminent les stratégies employées, les difficultés rencontrées, l'efficacité de l'action et les effets possibles sur la santé.

Il s'agit au travers de cet enseignement d'appréhender les concepts fondamentaux de l'ergonomie et les outils existants pour mettre en pratique l'analyse du travail.

### Acquisition des concepts fondamentaux :

Les repères sur les caractéristiques du fonctionnement humain dans le domaine suivants :

- Les bases de physiologie et le positionnement des parties du corps,
- Leurs incidences sur la santé,
- La cognition humaine,
- La charge mentale,

Le travail prescrit / travail réel (Tâche / Activité),

La performance ergonomique,

Les variabilités associées à la situation de travail,

La démarche centrée sur les utilisateurs et logiques des utilisateurs.

### La méthodologie de l'analyse du travail et outils ergonomiques d'analyse :

Grilles d'entretien, observations passives ou participatives via un guide de recueil de données, tests utilisateurs, etc.

### Informations sur les normes et recommandations liées à l'optimisation ergonomique d'un poste de travail :

Les ambiances physiques de travail, le bruit, l'éclairage, l'ambiance thermique, la qualité de l'air, le dimensionnement des postes de travail, l'utilisabilité, l'accessibilité des outils de travail et le rythme de travail.

### Acquisition des recommandations liées à l'optimisation physiologique :

Les conseils de positionnements corporels,

La capacités de transmission des bonnes pratiques de gouvernance corporelles et les incidences du placement ou du réglage du matériel de travail,

Les conseils de mouvements de soulagement à réaliser durant les pauses.



Personnes  
concernées :  
encadrement.

## REFERENT POUR L'ACCESSIBILITE DES LOCAUX

### VOS BESOINS :

- Identifier les problématiques d'accessibilité extérieure et intérieure de locaux.
- Connaître les différentes contraintes humaines concernant le domaine de l'accessibilité.
- Connaître le cadre législatif et ses applications.
- Connaître les réponses à apporter ou les corps de métier pouvant répondre aux problématiques.
- animer un groupe de travail et conduire le projet d'amélioration de l'accessibilité à la concrétisation des réponses nécessaires.

### NOS RÉPONSES :

- Une transmission des connaissances, de savoir-faire dans l'animation de projet et une intervention terrain.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (audit, diagnostic, rédaction des données) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 7 jours

- Données juridiques, contraintes physiques et physiologiques appliquées : 3 jours,
- Mise en situation et validation de la formation : 2 jours puis deux autres jours deux à trois semaines après (révision des bases, restitution de la première mise en situation avec travail personnel et mise en commun ; puis deux autres journées de mise en situation et validation des acquis).
- 6 personnes maxi.

### Être capable de :

- Identifier les situations à risques,
- Réaliser une cartographie,
- Animer un groupe de travail,
- Communiquer un dossier efficient.
- Apporter des solutions ou des pistes de solutions efficaces.
- Accompagner la mise en œuvre.

### Programme :

- Information sur la législation,
- Information sur la localisation des problèmes humains (contraintes et psychologie).
- Données d'ergonomie.
- Montage de dossier.
- Outils et Méthodes :
  - Fiches d' « accessibilité ».
- Évaluation du stage et certificat.



Personnes  
concernées :  
encadrement.

## REFERENT CONTRE LA PENIBILITE AU TRAVAIL

### VOS BESOINS :

- Répondre aux exigences réglementaires.
- Connaître le cadre législatif et ses applications.
- Connaître les réponses à apporter pouvant répondre aux problématiques.
- Animer un groupe de travail et conduire le projet contre la pénibilité au travail jusqu'à la concrétisation des solutions ou pistes de solutions nécessaires.

### NOS RÉPONSES :

- Une transmission des connaissances, de savoir-faire dans l'animation de projet et une intervention terrain.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (audit, diagnostic, rédaction des données) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 8 jours

- Données juridiques, contraintes physiques et physiologiques appliquées : 4 jours,
- Mise en situation et validation de la formation : 2 jours puis deux autres jours deux à trois semaines après (révision des bases, restitution de la première mise en situation avec travail personnel et mise en commun ; puis deux autres journées de mise en situation et validation des acquis).
- 6 personnes maxi.

### Être capable de :

- Intégrer les compétences d'identification des situations à risques au sein de l'entreprise, dans le cadre de la loi.
- Réaliser des « primo-études » de postes.
- Proposer et implanter des solutions d'amélioration de premier niveau.

### Programme :

- Information sur la législation,
- Information sur la localisation des problèmes humains (contraintes et psychologie).
- Données d'ergonomie.
- Montage de dossier.
- Outils et Méthodes :
  - Fiches de pénibilité.
- Évaluation du stage et certificat.



## REFERENT EN AMELIORATION DES POSITIONS ET DES SITUATIONS DE TRAVAIL

### VOS BESOINS :

- Créer une dynamique d'amélioration continue des conditions de travail.
- Développer ou améliorer une démarche autonome de prévention des T.M.S. (biomécanique, physiologie, stress) et d'amélioration des conditions de travail,
- Cibler au mieux les situations de travail à risques et assurer leur rôle.
- Participer au choix de solutions optimales pour :
- Préserver la santé, la qualité et la productivité,
- Assurer un retour sur investissement optimisé.

### NOS RÉPONSES :

- Une transmission des connaissances, de savoir-faire dans l'animation de projet et une intervention terrain.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale, rédaction des données) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 8 jours

- Théorie ergométrique et ergonomique : 3 jours,
- Mise en situation et validation de la formation : 2 jours puis deux autres jours deux à trois semaines après (révision des bases, restitution de la première mise en situation avec travail personnel et mise en commun ; puis deux autres journées de mise en situation et validation des acquis).
- 6 personnes maxi.

### Être capable de :

- Identifier les situations à risques,
- Réaliser une cartographie,
- Identifier les causes probables de fatigue, de stress et de douleurs,
- Apporter des solutions ou des pistes de solutions efficaces.
- Animer un groupe de travail,
- Communiquer un dossier efficient.
- Accompagner la mise en œuvre.

### Programme :

- Information sur la localisation des problèmes,
- Définition de causes,
- Données d'ergométrie et d'ergonomie,
- Outils et Méthodes :
  - Fiches de « prévention »,
  - Utilisation des logiciels *IPRP-Lazennec*, voir pages 24 à 26.
- Évaluation du stage et certificat.



Personnes  
concernées :  
encadrement.

## REFERENT EN AMELIORATION DES POSITIONS ET DES SITUATIONS DE TRAVAIL suite

### **ERGOMETRIE :**

L'analyse ergométrique apporte un éclairage indispensable pour aider au positionnement des personnes en situation de travail afin d'optimiser le fonctionnement physiologique et prévenir (stress, troubles musculo-squelettiques, respiration, digestion, ...). Dans cet objectif, elle aide à mettre en parallèle le positionnement des outils de travail et l'optimisation physiologique.

### **ERGONOMIE :**

L'analyse ergonomique du travail fournit les outils pour mettre en évidence, à partir de l'étude des activités réelles du travail, les facteurs qui déterminent les stratégies employées, les difficultés rencontrées, l'efficacité de l'action et les effets possibles sur la santé.

Il s'agit au travers de cet enseignement d'appréhender les concepts fondamentaux de l'ergonomie et les outils existants pour mettre en pratique l'analyse du travail.

### **Acquisition des concepts fondamentaux :**

Les repères sur les caractéristiques du fonctionnement humain dans le domaine suivants :

- Les bases de physiologie et le positionnement des parties du corps,
- Leurs incidences sur la santé,
- La cognition humaine,
- La charge mentale,

Le travail prescrit / travail réel (Tâche / Activité),

La performance ergonomique,

Les variabilités associées à la situation de travail,

La démarche centrée sur les utilisateurs et logiques des utilisateurs.

### **La méthodologie de l'analyse du travail et outils ergonomiques d'analyse :**

Grilles d'entretien, observations passives ou participatives via un guide de recueil de données, tests utilisateurs, etc.

### **Informations sur les normes et recommandations liées à l'optimisation ergonomique d'un poste de travail :**

Les ambiances physiques de travail, le bruit, l'éclairage, l'ambiance thermique, la qualité de l'air, le dimensionnement des postes de travail, l'utilisabilité, l'accessibilité des outils de travail et le rythme de travail.

### **Acquisition des recommandations liées à l'optimisation physiologique :**

Les conseils de positionnements corporels,

La capacités de transmission des bonnes pratiques de gouvernance corporelles et les incidences du placement ou du réglage du matériel de travail,

Les conseils de mouvements de soulagement à réaliser durant les pauses.



**Personnes concernées :**  
Acheteurs,  
décisionnaires,  
préventeurs.

## ACHETER DU MATERIEL POUR LA PREVENTION

### VOS BESOINS :

- Mieux maîtriser les investissements d'outils de travail administratif et leur retour sur investissement,
- Optimiser l'organisation et la productivité des tâches de bureau en optimisant l'agencement autour de l'informatique.
- Optimiser le type de matériel et savoir le sélectionner en fonction des utilisateurs et de leurs tâches professionnelles.
- Contribuer à la prévention des T.M.S.

### NOS RÉPONSES :

Une formation sur des données d'ergométrie et d'ergonomie et présentation d'outils d'aide aux actions en milieux de travail.

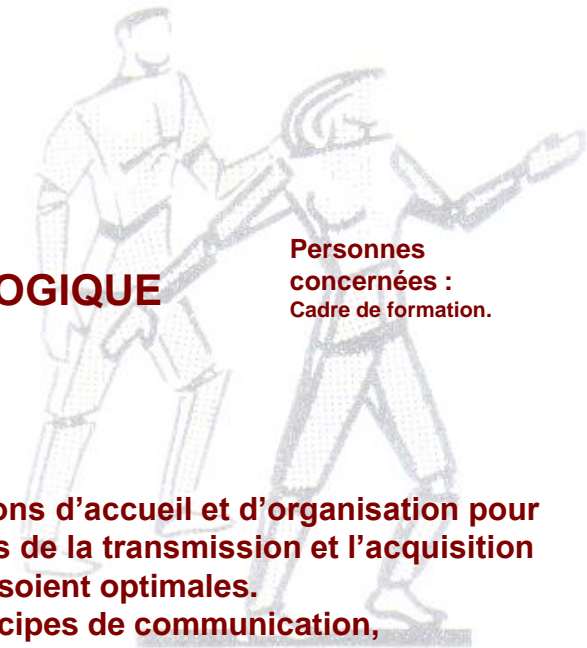
Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 2 jours.

### Etre capable de :

- Savoir comparer les fonctionnalités du matériel, les investissements et les retours sur investissements engendrés par la maîtrise des compétences acquises au cours de ce stage.
- Identifier et supprimer les causes de la fatigue et des douleurs dues à l'utilisation prolongée de l'ordinateur,
- Apporter des solutions efficaces de prévention de la santé,
- Prévenir les complications par une gestion posturale et une organisation adaptée.
- Conseiller efficacement sur l'utilisation du matériel.
- Savoir calculer les temps de travail générateurs, aujourd'hui, de contraintes pour les salariés, de mauvaise humeur ou de baisse d'implication, de problèmes d'organisation pour l'employeur, de surcoûts, ...





Personnes  
concernées :  
Cadre de formation.

## FORMATEUR : CRÉER LES CONDITIONS D'EFFICACITE PEDAGOGIQUE

### VOS BESOINS :

- Transmettre des informations de tous types grâce à une méthodologie et une pédagogie propice à l'écoute et l'implication des futurs stagiaires comme à l'acquisition des informations.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en conduite de groupes destinés à recevoir une formation professionnelle.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions.

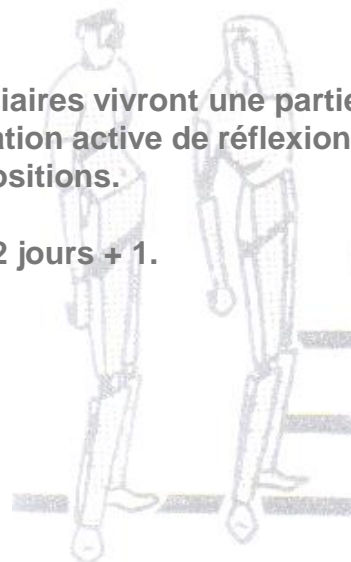
Durée : 2 jours + 1.

### Etre capable de :

- Créer les conditions d'accueil et d'organisation pour que les conditions de la transmission et l'acquisition des informations soient optimales.
- Identifier les principes de communication,
- Identifier les attitudes personnelles à mettre en place et les incidences posturales et comportementales.
- Organiser son plan de formation.
- Mettre en œuvre une pédagogie active et participative pour conduire un groupe de personnes.

### Programme :

- Recherches, identifications et informations concernant la préparation, le déroulement et la conclusion d'une formation professionnelle,
- Apprentissage de l'utilisation « des outils » : comportement, écoute, posture, respiration, communications verbales et non verbales, organisation, formulation, validation, documents supports, etc.
- Mise en situation et validation des compétences.
- Évaluation du stage et certificat.





Personnes  
concernées :  
Toutes.

## PREVENIR, UTILISER ET GERER LE STRESS\*

### VOS BESOINS :

- Donner des réponses concrètes aux acteurs de votre organisme à propos du stress : compréhension, incidences, prévention, gestion et utilisation du bon stress.

- Améliorer les relations entre vos collaborateurs et leur efficacité synergique.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en optimisation de sa gestion personnelle dans le cadre professionnel, programme théorique et exercices pratiques.

\*STRESS (capacité de gouvernance des activités mentales, cognitives et physiques).

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 2 jours, 8 personnes maxi.

### Etre capable de :

- Identifier les formes de stress, ceux qui sont « aidants » et ceux qui sont « contraignants, voire « inhibants ».
- Identifier le principe de causes, les conséquences sur sa santé, son potentiel d'action et la dynamique professionnelle,
- Identifier et expérimenter les incidences posturales et comportementales.
- Prévenir le stress ou le gérer par une gouvernance posturale, respiratoire et cognitive.
- Mieux gérer son temps et son espace de travail.

### Programme :

- Participation individuelle à la définition et présentation des paramètres des « stress »,
- Recherches, identifications et informations concernant le fonctionnement et les conséquences sur le comportement, la santé, la dynamique relationnelle et professionnelle,
- Apprentissage de l'utilisation « des outils » : comportement, écoute, posture, respiration, formulation et communication.
- Recommandations et validations de leurs applications en reprenant les identifications personnelles,
- Évaluation du stage et certificat.



Personnes  
concernées :  
Toutes.

## GERER LE STRESS\* ET LES RELATIONS

### VOS BESOINS :

- Donner des réponses concrètes aux acteurs de votre organisme à propos du relationnel et du stress : compréhension, incidences, prévention, gestion et utilisation du bon stress.
- Améliorer les relations entre vos collaborateurs et leur efficacité synergique.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en optimisation de sa gestion relationnelle personnelle dans le cadre professionnel, programme théorique et exercices pratiques.

\*STRESS (capacité de gouvernance des activités mentales, cognitives et physiques).

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude respiratoire, posturale, comportementale ; mise en pratique des techniques) avec applications dans le sujet du stage.

Durée : 3 jours + 1 = 4 jours.

### Etre capable de :

- Identifier les formes de stress, ceux qui sont « aidants » et ceux qui sont « contraignants, voir inhibants ».
- Identifier le principe de causes, les conséquences sur sa santé, son potentiel d'action et la dynamique professionnelle,
- Identifier et expérimenter les incidences posturales et comportementales.
- Prévenir le stress ou le gérer par :
  - une gouvernance posturale, respiratoire et cognitive,
  - des outils psychotechniques.

### Programme :

- Participation individuelle à la définition et présentation des paramètres des « stress »,
- Recherches, identifications et informations concernant le fonctionnement et les conséquences sur le comportement, la santé, la dynamique relationnelle et professionnelle,
- Apprentissage de l'utilisation « des outils » : comportement, écoute, posture, respiration, formulation et communication.
- Recommandations et validations de leurs applications en situation relationnelle, jeux de rôle,
- Évaluation du stage et certificat.



Personnes  
concernées :  
Toutes.

## GERER ET TRANSFORMER LES CONFLITS

### VOS BESOINS :

Donner des réponses concrètes aux acteurs de votre organisme à propos du relationnel au sein d'une équipe : communication, compréhension, règles, comportements appropriés en entretien.

### NOS RÉPONSES :

des stages spécialisés en optimisation de sa gestion relationnelle personnelle dans le cadre professionnel, programme théorique et exercices pratiques.

Les stagiaires vivront une partie de participation active de réflexion et de propositions, ainsi qu'une partie de travail personnel (étude comportementale, respiratoire, posturale ; mise en pratique des techniques relationnelles) avec applications dans le sujet du stage.

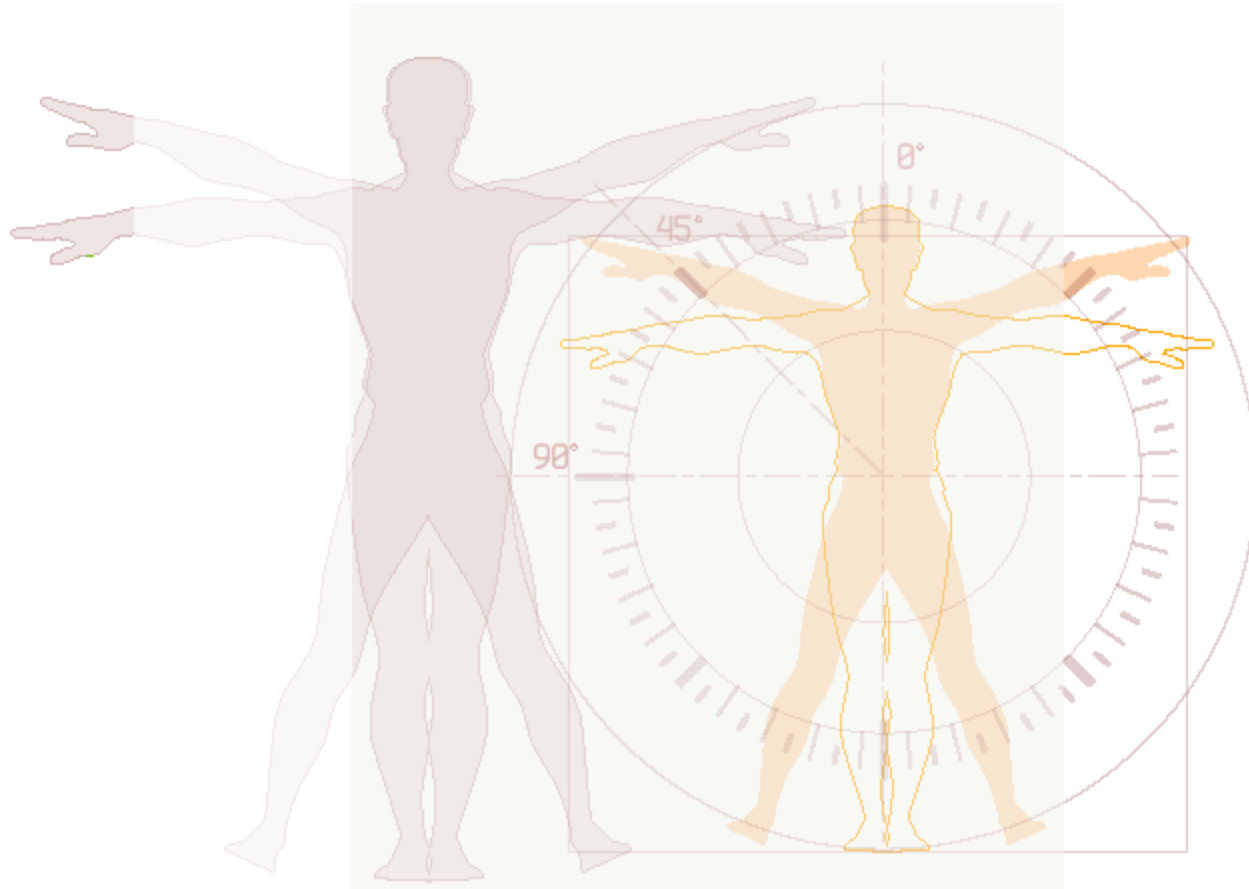
Durée : 3 jours + 1 = 4 jours.

### Etre capable de :

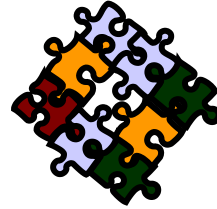
- Identifier les principes de communication,
- Identifier les attitudes personnelles à mettre en place et les incidences posturales et comportementales.
- Prévenir le stress relationnel ou le gérer par :
  - une gouvernance posturale, respiratoire et cognitive,
  - des outils psychotechniques.

### Programme :

- Recherches, identifications et informations concernant le fonctionnement et les conséquences sur le comportement, la santé, la dynamique relationnelle et professionnelle,
- Apprentissage de l'utilisation « des outils » : comportement, écoute, posture, respiration, formulation et communication.
- Recommandations et validations de leurs applications en situation relationnelle, jeux de rôle,
- Évaluation du stage et certificat.



Nous créons pour que vous soyez bien.



## UNE SUITE DE LOGICIELS POUR CHAQUE ACTEUR DE LA PREVENTION ET DE L'ORGANISATION DU TRAVAIL :

Décideurs, médecins de la santé au travail, cadres, préventeurs, ergonomes, opérateurs, etc. : chaque acteur a besoin d'objectiver les éléments d'une situation de travail pour analyser les problématiques.

Les logiciels présentent des données avec plusieurs niveaux de lecture : du plus pédagogique au plus détaillé techniquement.

Ils permettent le dialogue, les échanges et une meilleure compréhension entre les acteurs.

La suite de logiciels **IPRP-Lazennec** s'adresse à chacun des acteurs en leur fournissant les éléments nécessaires pour prendre les meilleures décisions et agir, chacun à son niveau de responsabilité et en complémentarité avec les autres.

Ils sont protégés par les droits d'auteur auprès de l'INPI.

**Environnement de la situation de travail**  
Évaluer la conformité de l'environnement de travail.

**Risques Psycho Sociaux**  
Évaluer et suivre les risques psychosociaux (personne, service et organisme).

**TMS**  
Évaluer la localisation des TMS singulièrement et dans chaque équipe ou entité professionnelle, ainsi que leur intensité.

**Gestion de projet et R.O.I.**  
Évaluer les coûts des optimisations organisationnelles, matérielles et de formation puis le retour sur investissements, organiser et suivre les travaux.

**Risques de maladies professionnelles**  
Évaluer et suivre les risques de maladies professionnelles.

**Prévention TMS 1 ;  
Prévention TMS 2 ;  
Accroissement des ressources personnelles - stress ;  
Organisation tertiaire**  
Former et accompagner par des films pédagogiques (prévention, soulagement, adaptation des outils de travail, etc.). Versions française, anglaise et allemande.

**Contraintes physiologiques**  
Evaluer et comparer les efforts musculaires et les pressions articulaires entre deux situations de travail.

**Changement des habitudes**  
Former par des films de situations et dessins animés pour la prise de conscience du changement des habitudes.

**Gestes nocifs**  
Évaluer le temps passé en mouvements nocifs à la santé et remplaçables au sein d'une nouvelle organisation. Évaluer les coûts et le retour sur investissement.

**Gestion corporelle**  
Évaluer la gestion corporelle des opérateurs dans l'environnement de travail.

**Contraintes articulaires**  
Evaluer les amplitudes articulaires.

**Evaluation des outils**  
Évaluer la cohérence et la pertinence de matériel à acquérir et leur efficacité pour les utilisateurs.

**Pénibilité**  
Evaluer les contraintes d'une situation de travail.

**Port de charge**  
Fixer les limites des ports de charge..

