



# Catalogue de formation

Formez-vous à l'ergonomie en toute autonomie



Accéder à Nawo Campus

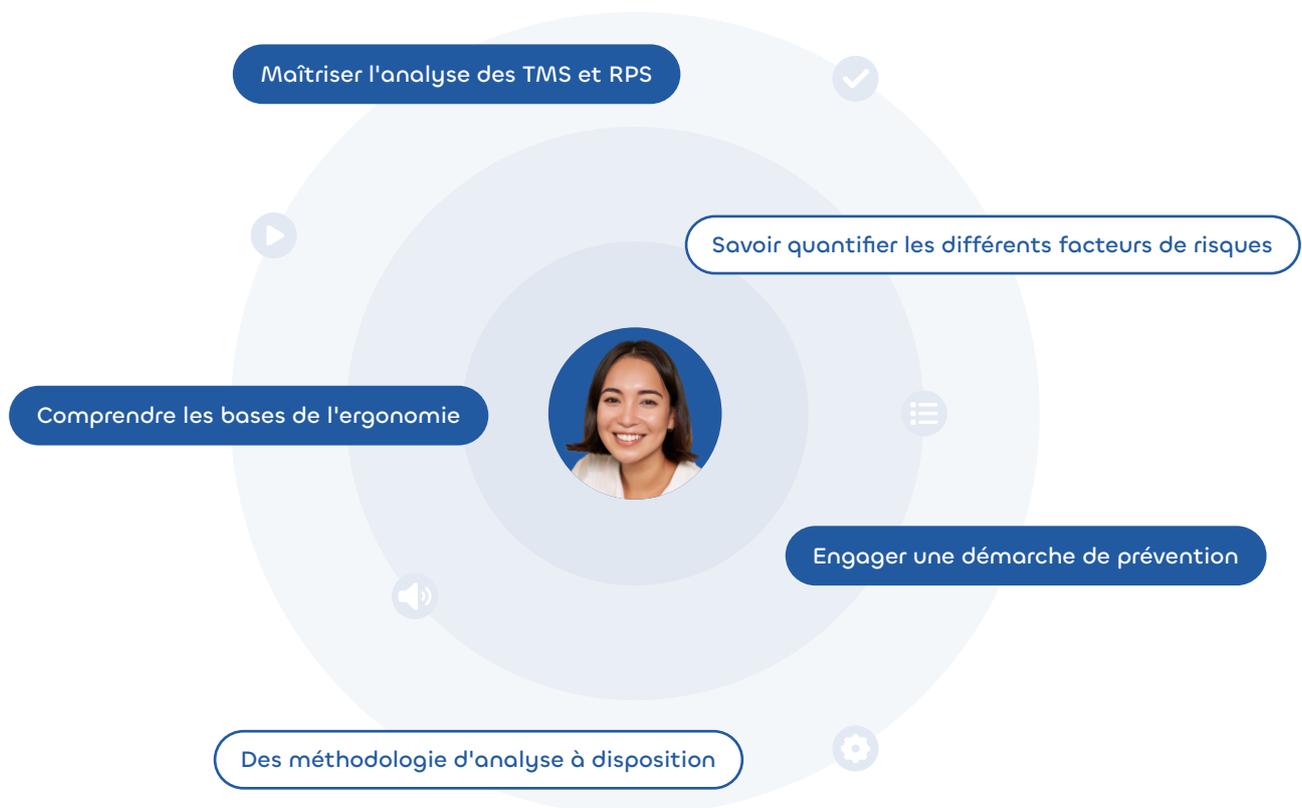
www.nawo-solution.com



## Fondement de Nawo Campus

Depuis plus de 10 ans, Nawo Solution s'engage à fournir des outils innovants pour l'analyse des risques de troubles musculosquelettiques (TMS). Afin d'accompagner au mieux nos utilisateurs dans l'optimisation de leur démarche de prévention, nous avons créé Nawo Campus, une formation 100 % en ligne.

Cette formation vous permet d'acquérir des compétences nécessaires pour analyser les facteurs de risques responsables de l'apparition des troubles musculosquelettiques (TMS) et des risques psychosociaux (RPS). Avec Nawo Campus, vous apprendrez à évaluer les facteurs de risques, à identifier les leviers d'amélioration et à mettre en place un plan de prévention personnalisé, efficace et durable.



En rejoignant Nawo Campus, vous accédez à un parcours structuré qui vous familiarise avec les méthodes d'évaluation ergonomique les plus récentes, et ce, au-delà de la théorie. Avec des modules interactifs, des études de cas concrets et des exercices pratiques, cette formation vous permettra de diagnostiquer les problématiques spécifiques à votre secteur et d'implémenter des solutions sur mesure pour prévenir durablement les risques professionnels.

# Pourquoi choisir Nawo Campus ?

## Expertise

Nos modules de formation sont élaborés par des professionnels de l'ergonomie, s'appuyant sur des besoins observés sur le terrain au fil des années. Chaque module est conçu pour répondre aux défis réels du milieu professionnel, offrant ainsi une applicabilité immédiate et pertinente. L'approche combine des connaissances théoriques essentielles pour comprendre les méthodologies d'analyse, enrichies par des études de cas pratiques qui illustrent concrètement les phénomènes à évaluer. Grâce à une veille active sur les évolutions de la discipline et des mises à jour régulières, ces modules s'adaptent aux différentes exigences du secteur.

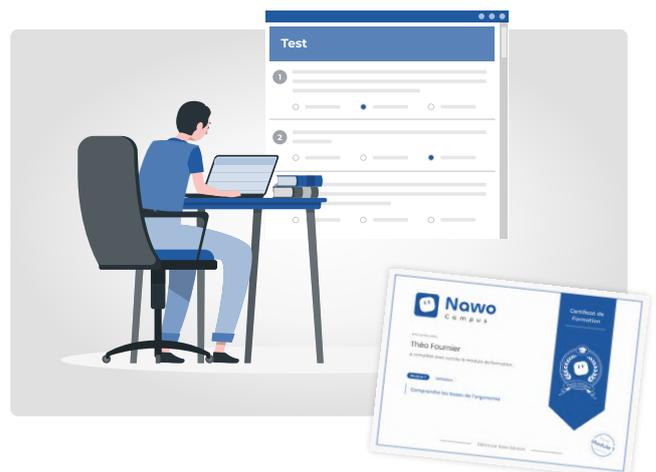


## Accessibilité et flexibilité

Nawo Campus propose des formations 100 % en ligne, accessibles à tout moment et depuis n'importe où. Chaque module est conçu pour s'intégrer facilement dans votre emploi du temps, avec des contenus variés, notamment des vidéos, des textes et des articles. Cette flexibilité d'apprentissage permet de progresser à votre propre rythme et de développer des compétences en ergonomie en fonction de vos besoins spécifiques.

## Évaluation et suivi de vos acquis

À la fin de chaque module, vous aurez l'opportunité de valider vos connaissances grâce à des évaluations. Ces tests permettront d'évaluer la maîtrise des compétences développées. Un certificat sera délivré pour reconnaître votre progression et l'acquisition des savoirs dispensés dans la formation.





## Module de formation 1 : Comprendre les bases de l'ergonomie

### Présentation

Ce module de formation constitue une introduction à l'ergonomie, offrant une compréhension des principes fondamentaux de la discipline. Il aborde l'analyse des facteurs de risque ainsi que les stratégies à mettre en œuvre pour améliorer la performance et favoriser le bien-être physique et mental.

### Public Cible

Cette formation est destinée à toutes personnes s'intéressant à la thématique de la prévention des risques ergonomiques dont les acteurs de la santé et sécurité au travail, de prévention et de direction.

### Objectifs

Introduire les fondamentaux de l'ergonomie, son importance dans le cadre professionnel et d'identifier les facteurs de risques ergonomiques et les méthodologies permettant de les analyser.

### Contenu

- Présentation de l'histoire de la discipline et les différents événements ayant marqué sa fondation.
- Étude des fondamentaux de l'ergonomie et de son importance dans le cadre professionnel.
- Analyse des différents paramètres étudiés par l'ergonomie ainsi que le cadre réglementaire.
- Comprendre les facteurs de risques en ergonomie et les stratégies de quantification.
- Connaître les normes et la réglementation en matière d'ergonomie : les obligations de l'employeur et des travailleurs.
- Analyse des conséquences d'une mauvaise ergonomie: troubles musculosquelettiques et risques psychosociaux
- Évaluation des connaissances acquises à la fin du module de formation.

### Modalités pédagogiques

Ce module de formation inclut des vidéos, des supports écrits, ainsi que des quiz pour l'évaluation des acquis.

### Niveau

Niveau-1

### Durée

2 heures



## Module de formation 2 : L'influence des conditions de travail sur la santé physique et mentale

### Présentation

Ce module de formation a pour objectif d'explorer les principes de la physiologie du système musculosquelettique et de mettre en lumière l'impact du travail sur la santé physique et mentale des salariés. Nous examinerons en détail les troubles musculosquelettiques (TMS) et les risques psychosociaux (RPS), en analysant leurs causes, leurs symptômes et les conséquences qu'ils entraînent.

### Public Cible

Toute personne souhaitant acquérir les bases de l'ergonomie: médecin du travail, infirmier(e) de santé au travail, responsable de prévention, responsable HSE, membres du CSE, chargé de mission handicap, ingénieurs en amélioration continue...

### Objectifs

- Maîtriser les fondamentaux de la physiologie du système musculosquelettique, ainsi que les impacts physiques et mentaux liés aux contraintes professionnelles.
- Identifier les origines, symptômes et conséquences des troubles musculosquelettiques et des risques psychosociaux, tout en explorant les phénomènes physiologiques associés à ces risques.

### Contenu

- Assimiler les bases de l'ergonomie appliquée au travail, en analysant les différentes tâches (prescrite, attendue, réelle, réalisée) et en comprenant l'impact des écarts entre le prescrit et le réel sur la santé des salariés, ainsi que la définition de la charge physique et mentale de travail et leur influence sur la santé.
- Étudier les bases de la physiologie du système musculosquelettique, en explorant son fonctionnement et en identifiant les risques associés aux différentes formes de travail.
- Analyser les risques potentiels affectant le système locomoteur et la santé mentale des salariés, en mettant particulièrement l'accent sur les troubles musculosquelettiques (TMS) et les risques psychosociaux (RPS), en analysant leurs symptômes, leurs causes et leurs conséquences sur le bien-être des travailleurs.
- Étudier l'analyse du mouvement humain et des degrés de liberté corporels, pour comprendre les mouvements pouvant affecter la santé physique.
- Évaluer les connaissances acquises à la fin du module, afin de vérifier la compréhension des concepts et notions abordés.

### Modalités pédagogiques

Ce module de formation inclut des vidéos, des supports écrits, ainsi que des quiz pour l'évaluation des acquis.

### Niveau

Niveau-1

### Durée

4 heures



TMS

## Module de formation 3 : Comprendre la méthodologie d'analyse des facteurs de risques de TMS

### Présentation

Ce module vise à présenter les différentes catégories de facteurs de risque liés aux TMS, ainsi que la démarche et les outils nécessaires pour quantifier ces facteurs. Pour chaque méthode d'analyse, nous proposons une étude de cas qui illustre la procédure à suivre, détaillant étape par étape l'application de la méthode, ainsi que les recommandations et critères d'application. Grâce aux outils et compétences développés au cours de la formation, vous serez en mesure de réaliser une analyse multifactorielle en vue de prévenir les TMS.

### Public Cible

Ce module s'adresse à toute personne ayant complété les modules de formation 2 et 3, ou à toute personne disposant de connaissances en physiologie humaine et souhaitant appliquer les méthodologies d'analyse des facteurs de risque ergonomiques.

### Pré-requis

Il est recommandé de suivre le module de formation "Influence du travail sur la physiologie humaine", car il est indispensable de maîtriser des notions telles que les degrés de liberté, ainsi que les axes et les plans anatomiques, pour analyser les différents mouvements.

### Objectifs

- Étant donné la nature multifactorielle des troubles musculosquelettiques (TMS), nous proposons une analyse approfondie des différents facteurs de risque associés. Pour chaque catégorie de risque, nous présenterons les méthodes d'analyse appropriées, accompagnées d'explications détaillées et de critères pertinents pour guider le choix de la méthode la plus adaptée.

### Contenu

- Présentation de la démarche à suivre pour mettre en place une stratégie de prévention des troubles musculosquelettiques (TMS).
- Analyse des facteurs de risque associés à l'apparition des TMS, incluant la posture, l'effort, la répétition et la durée.
- Présentation de la méthodologie et des normes d'analyse pour chaque catégorie de facteurs de risque liés aux TMS, accompagnée d'une étude de cas illustrative.
- Évaluation des connaissances acquises à la fin du module de formation.

### Modalités pédagogiques

Ce module de formation inclut des vidéos, des supports écrits, ainsi que des quiz pour l'évaluation des acquis.

### Niveau

Niveau-3

### Durée

3 heures



[Accéder à Nawo Campus](#)