

# Ergonomie et bien être au travail - 7h

Réf : ERGO actualisation de connaissances

Public visé :

Assistant(e)s dentaires

Horaires : 9h à 12h et de 13h à 17h

Durée : 1 jour

Nombre de stagiaires :

20 personnes maximum

Lieu : Lyon

TARIF : 330€

Petit déjeuner  
et déjeuner INCLUS

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT MIS EN ŒUVRE

Alternance de la théorie et de la pratique, les réflexions individuelles et collectives, Jeux de rôles et mises en situation

## MODALITÉS DE SUIVI ET DISPOSITIF D'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS

QCM

Evaluation de la formation par les participants  
Remise d'une attestation en fin de formation

## OBJECTIFS DE FORMATION

**S'approprier les notions de base de l'ergonomie. Améliorer l'aménagement des espaces de travail . Adopter les bonnes postures pour préserver sa santé . Améliorer l'organisation du travail au fauteuil**

**Analyser ses habitudes posturales et comprendre les effets sur le corps  
Comprendre ses besoins en ergonomie en fonction de son activité, de ses habitudes de travail et de sa spécialité. Savoir ajuster sa posture de travail**



## PROGRAMME DE FORMATION :

- Les dangers et risques professionnels au cabinet dentaire
- Prévention et protection : quelles différences ?
- Les connaissances fondamentales en ergonomie : postures, fréquences, efforts, risques de Troubles Musculo Squelettiques (TMS)
- Les règles de base en posturologie
- Préparer le fauteuil et anticiper les gestes
- Orientation par rapport aux points d'éclairage : Travail visuel, sous loupes et microscope
- Les techniques de passage d'instruments et l'ergonomie de circulation
- Les positions relatives au travail à 4 mains : positions du patient, positions praticien et assistante
- Ergonomie, ERP et prévention des risques professionnels