

# Ergonomie en maraîchage

## Comment mettre en place une meilleure organisation du travail, améliorer sa gestuelle et faire quelques (petits) investissements pour tenir la distance !

### Objectifs de la formation

- Identifier les principaux risques pour sa santé en maraîchage.
- Être capable de choisir du matériel adapté à une meilleure ergonomie.

### Pré-requis

Aucun pré-requis nécessaire

### Déroulé

- Présentation des enjeux de l'ergonomie en maraîchage.
- Comment éviter les troubles musculo-squelettiques par une réflexion sur sa gestuelle sur chaque poste.
- d'activité : réalisation des plants, semis, repiquage, désherbage, entretien, récolte, lavage, conditionnement, vente,...
- Présentation de matériel favorisant une meilleure ergonomie pour chaque poste d'activité.
- Pour chaque proposition et situation : analyse du rapport coût/gain de temps/confort.
- Comment hiérarchiser ses choix pour s'équiper à hauteur de ses moyens et de ses problématiques?

### Dates, lieux et intervenants

**18 févr 2021** à définir - sur une ferme de l'un des participants. Mathieu Bourdet, MSA d'Armorique  
09:30 - 17:30 (7hrs) 22000

### Financier(s)



### Bulletin d'inscription

Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_

Merci d'envoyer ce bulletin, votre chèque (si nécessaire) et votre attestation VIVEA à

J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation ([Voir la fiche](#))

### Infos complémentaires

**Organisée par** ADEAR Côtes d'Armor

**Durée de la formation** 1 jour(s)  
**Date limite d'inscription** 18/02/2021

### Tarifs

Adhérent 20€  
Non agricole 150€  
gratuit pour les agriculteurs éligibles  
VIVEA

### Plus de renseignements

Cédric Bernard  
agriculturepaysanne@wanadoo.fr  
ADEAR Côtes d'Armor  
Agriculture paysanne 22  
93 boulevard Edouard Prigent  
22000 Saint-Brieuc

Tel. 02.96.78.95.41 / 07.81.67.72.07  
Repas du midi tiré du sac. Respect des  
mesures sanitaires en vigueur, amener  
un masque.