

Colloque Accueil Champêtre en Wallonie

Pérenniser l'accueil et la diversification à la campagne, parlons-en !

14 mars 2023

Atelier 1- Ergonomie

Titre

« Se sentir bien dans vos tâches : penchons-nous (mais pas trop) sur l'ergonomie ! »

Intervenant·e·s

- Johanna PANNETIER, ergonome chez [PreventAgri](#).
- Camille DI SANTO, étudiante en kinésithérapie à la Haute École Louvain en Hainaut Montignies-sur-Sambre.
- Jocelyn PACEWICZ, étudiant en kinésithérapie à la Haute École Louvain en Hainaut Montignies-sur-Sambre.

Résumé

Votre corps est votre premier outil de travail, il faut le préserver !

Le travail physique lié aux hébergements touristiques, aux fermes pédagogiques ou lors de la transformation et la vente de produits à la ferme, peut parfois devenir douloureux ou pénible et ce n'est pas une fatalité ! Pour améliorer les conditions de travail, il est indispensable de réfléchir à l'organisation et à l'aménagement global des locaux ! Parfois, quelques améliorations peu coûteuses mais bien pensées peuvent réduire grandement la pénibilité. Avec l'aide de **Johanna PANNETIER**, ergonome chez [PreventAgri](#) et de **2 étudiants en kinésithérapie**, l'atelier a passé en revue ce qui peut être mis en place facilement dans le cadre des activités de diversification.

Cet atelier a été animé par Johanna PANNETIER, ergonome et conseillère en prévention des risques professionnels chez PreventAgri et par 2 étudiants en kinésithérapie, Camille DI SANTO et Jocelyn PACEWICZ, qui dans le cadre de leur mémoire, ont observé le travail de fabrication du beurre dans 15 fermes.

Pendant une heure, les participants ont eu l'occasion de comprendre, entre théorie et outils pratique, comment mettre en place des aménagements et des conditions de travail adéquats pour améliorer leur travail quotidien.

Johanna a introduit le sujet pour conscientiser les participants à l'importance de la réflexion sur le sujet. Le travail physique, qu'il soit lié aux hébergements touristiques, aux fermes pédagogiques ou à la transformation et la vente de produits à la ferme, peut parfois devenir douloureux, pénible, ... et ce n'est pas une fatalité !

Le corps est le premier outil de travail, il convient de le préserver !

L'ergonomie est la **discipline scientifique qui consiste à étudier l'activité humaine, dont le travail, dans tous ses aspects**. Elle évolue avec les conditions de travail, la conception d'outils et les connaissances scientifiques.

L'ergonomie, c'est donc adapter et anticiper ses tâches. Dans la réflexion et la mise en place des outils et d'équipements, il convient d'adapter le travail à l'être humain et pas l'inverse. L'intérêt de cette

réflexion est d'éviter les blessures car selon la partie du corps qui est atteinte (la peau, un muscle, un os, un ligament, des nerfs, des tendons), le temps de récupération est très variable et peut être très long.

Pour améliorer les conditions de travail, il faut réfléchir à son organisation, aux hauteurs de travail et à l'aménagement global des locaux ! Parfois, quelques améliorations peu coûteuses mais bien pensées peuvent réduire la pénibilité rencontrée.

Pour faire tout aussi bien mais avec moins de douleur et donc plus de plaisir... Soit un mieux-être pour un mieux faire !

« Si on a un grand travailleur et un petit, comment faire pour aménager mon poste de travail ? » On ne peut pas enterrer dans le sol le plus grand donc on construit pour le plus grand et on adapte pour le plus petit. On ne fait jamais de hauteur moitié-moitié !

Camille et Jocelyn ont mis l'accent sur les principales plaintes des travailleurs énoncées lors de leur observation en ferme. Ils ont développé des moyens préventifs à mettre en place pour faciliter le quotidien en suggérant des outils adéquats et en apportant de précieux conseils pour la manutention (transport des marchandises ou du matériel, hauteur des plans de travail, organisation spatiale, ...).

« Quelle est la meilleure position ? » Aucunes, le but est de varier régulièrement les positions.

Ils ont insisté sur le fait de prendre le temps de faire régulièrement quelques exercices simples qui permettent un renforcement musculaire et entretiennent la mobilité dans le but de soulager et prévenir certaines tensions qui peuvent apparaître avec l'activité professionnelle.

Les interventions étaient illustrées grâce à un support visuel avec des exemples de bonnes ou mauvaises pratiques : hauteur de stockage, manutention, position, choix de matériel, ...

« Est-ce que je peux me blesser en faisant un faux mouvement ? » Non, on ne fait pas de faux mouvement, ce sont simplement des mouvements dans lesquels on est moins fort et ça se travaille.

En conclusion, l'objectif de l'atelier « Se sentir bien dans vos tâches : penchons-nous (mais pas trop) sur l'ergonomie » était de fournir aux participants des trucs et astuces pour améliorer leur quotidien et leurs conditions de travail que ce soit dans un hébergement touristique, une ferme pédagogique ou encore dans un atelier de transformation.



Accueil Champêtre en Wallonie ASBL

L'association de référence pour la diversification à la ferme et à la campagne

Chaussée de Namur 47, 5030 Gembloux (Be)

+32(0)81/627 454

info@accueilchampetre.be

www.accueilchampetre-pro.be

