



NC1

CATALOGUE FORMATIONS

Santé au travail

TRAVAIL SUR ÉCRAN

Solutions

VOUS
TOUJOURS.

résolument

ergonomiques

www.voustoujours.fr

TRAVAIL SUR ÉCRAN

Le travail prolongé sur écran peut avoir des répercussions sur la santé, notamment en entraînant de la fatigue visuelle, des troubles musculosquelettiques (TMS) ou encore du stress.

Ces troubles trouvent leur origine dans plusieurs types de facteurs :

- biomécaniques (postures statiques et contraignantes, gestes répétitifs...),
- organisationnels (durée d'exposition, intensité du travail, manque de pauses...),
- psychosociaux (stress, charge mentale...).

Il est toutefois possible de prévenir et de limiter ces risques en agissant sur différents leviers : l'organisation du travail, la qualité de l'affichage à l'écran, l'implantation et l'aménagement du poste, ainsi que le choix et l'utilisation des équipements (clavier, souris...) et des logiciels.

OBJECTIFS

- Acquérir les notions du fonctionnement du corps humain qui s'exposent lors de travail sur écran.
- Connaître les principaux risques liés au travail sur écran ainsi que les leviers de prévention.
- Observer et analyser sa situation de travail.
- Maîtriser l'aménagement de son poste de travail.
- Rendre le collaborateur acteur de sa prévention lors de son travail informatique.
- Agir sur la QVCT.

Contenu

La formation-action proposée aux salariés identifiés, comprendra différents temps :

Une session collective durant laquelle les différentes notions et méthodes d'analyse du risque TMS seront abordés.

Une phase pratique : pendant cette période, les participants pourront analyser leur propre poste de travail et mettre en avant les besoins fonctionnels au regard de leurs situations de travail.

A la suite de ces analyses, un plan d'action sera rédigé, permettant à l'entreprise de modifier les situations de travail les plus délétères pour les salariés.

Méthode pédagogique & évaluation

Apports théoriques et pratiques à travers des exercices, études de cas, échanges et retours d'expériences.

Validation des acquis à partir des modifications d'aménagement proposées par le collaborateur.

PUBLIC CONCERNÉ

Tout public.

PRÉREQUIS

Aucun.

Durée

7 heures (1 jour) en présentiel.
Groupe de 4 à 10 personnes.

Dates et lieux

DATES SESSIONS INTRA

CONTACTEZ-NOUS

03 83 96 00 08
bonjour@voustoujours.fr

DATES SESSIONS INTER

Calendrier disponible sur demande.

LES + DE LA FORMATION

Formation-action appuyée sur des situations réelles.
Amélioration directe de son poste de travail.

SANCTION ET ÉVALUATION DE FORMATION

Validation des acquis par les modifications d'aménagement
proposées. Attestation de formation remise.

INTERVENANTS

Formateurs : Ergonomes.

Prix

Tarifs consultables sur notre site internet
www.voustoujours.fr

CONTACTEZ-NOUS

03 83 96 00 08
bonjour@voustoujours.fr



Accessibilité

Nos formations sont accessibles à tout public sous réserve d'éventuels prérequis pour lesquels vous avez été informé. Les personnes handicapées bénéficieront des dispositions en leur faveur et auront un contact au sein de notre organisme de formation en la personne de notre référent handicap. Merci de nous indiquer l'éventualité de personnes concernées afin de prendre les dispositions préalables nécessaires.





Solutions

VOUS résolument TOUJOURS.

ergonomiques

29 rue de la Croix d'Auyot
54000 Nancy

JEAN LOU ORLANDINI

bonjour@vousjours.fr
03 83 96 00 08

www.voustoujours.fr

