

Prévenir les risques liés au travail sur écran

7 heures

PREV001

OBJECTIFS

Former les salariés à la prévention des risques liés au travail sur écran,
Faire acquérir aux salariés des connaissances leur permettant d'améliorer leur poste de travail sur écran

PROGRAMME

SITUER L'IMPORTANCE DES ATTEINTES A LA SANTE (AT/MP) ET LES ENJEUX ECONOMIQUES POUR LE PERSONNEL ET L'ENTREPRISE

CONNAISSANCES RELATIVES AU FONCTIONNEMENT DU CORPS HUMAIN :

Informations sur les Troubles Musculo Squelettiques

NOTIONS D'ERGONOMIE SUR L'AMENAGEMENT D'UN POSTE DE TRAVAIL

Hauteur et distance d'un moniteur,

Position de la souris, du clavier,

Ajustement de la chaise : hauteur de la chaise, du dossier, inclinaison du dossier et de l'assise,

Position du poignet, des coudes, des épaules par rapport au moniteur,

Implantation des postes informatiques dans l'espace de travail.

EXERCICES DE PAUSES

Exercices oculaires, relaxation du cou, des épaules, des doigts, des poignets, des jambes.

OBSERVATION ET EVALUATION DES POSTES DE TRAVAIL

Vérification si les principes d'aménagement dimensionnel du poste de travail sont respectés,

Recherche de propositions afin d'améliorer, d'éviter ou réduire les risques identifiés.

BILAN DE LA FORMATION

Public visé

Tout public travaillant sur écran

Pré-requis

Aucun

Modalités pédagogiques

Formation en intra uniquement

Moyens et supports pédagogiques

FORMATEUR

David H, aide soignant, formateur en prévention depuis 2007 (certifié SST, PRAP, IBC, PRAP 2S, APS ADS, AP ASD), Formateur en prévention des risques professionnels formées par l'INRS

Modalités d'évaluation et de suivi

Évaluation en cours et fin de formation

Cette formation ne fait pas l'objet d'un contrôle des acquis via une certification.

