Mis à à jour : 13/06/2022

Prévenir les risques liés au travail sur écran

7 heures PREV001



Objectifs pédagogiques

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



Public(s)

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 depuls 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



Formateur



Programme

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

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

