Mise à jour : 16/06/2025

Gestes et postures : travail sur écran

Cette formation est destinée à toute personne travaillant sur support audiovisuel.

Durée : 3 heures

Organisation : en intra-entreprise, en présentiel

Prérequis : aucun

Méthode pédagogique :

Validation des acquis :

Maximum de participants : 10

Tarif : 450 € HT

Prochaine session

Nous contacter
Lieu : Toulouse et sa périphérie

Objectifs

- Définir les risques et les effets sur la santé liés au travail sur écran
- Savoir organiser un poste de travail sur écran

Programme détaillé

1/ Partie théorique : 2 h

- Santé et travail sur écran
  - Définition,
  - Effets sur la santé,
  - Décret du 14 mai 1991.

- Activité et organisation du travail
  - Analyse des tâches
  - Matériel utilisé.

- Ergonomie du poste
  - Réglage des plans de travail.
  - Réglage et qualité du siège.
  - Repose pieds.
  - Support document.
  - Disposition du matériel.
  - Réglage de l'écran (contraste, luminosité).

- Environnement du poste
  - Ambiance lumineuse.
  - Ambiance sonore.
  - Ambiance thermique.

- Les règles d'implantation
- Le suivi médical
- Etude de cas

2/ Partie pratique : 1 h
Analyse des postes et mises en situations des stagiaires

3/ Validation
Attestation de formation

Renseignements et inscription

Nicolas Weckerlin
07.68.40.08.95
nweckerlin@lesclesdelagestion.fr

les clés de la gestion
FORMATIONS

Organisme de formation professionnelle créé en 2009 • Siège social : 10 chemin de la Tuilerie - 31880 La Salvetat St Gilles • SIRET : 512 245 028 00059 • N° de déclaration d'activité : 73 31 05406 31