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

**Durée :** 3 heures

**Organisation :** en présentiel

**Prérequis :** aucun

**Méthode pédagogique :** active et différenciée

**Validation des acquis :** évaluation continue

**Maximum de participants :** 10

**Tarif intra :** 450 € HT / groupe

## Prochaine session

Nous contacter
Lieu : Toulouse et sa périphérie

***Session sur-mesure possible***

## Objectifs

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

www.lesclesdeslagestion.fr

Mise à jour : 19/12/2025

# Gestes et postures : 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