PRÉVENTION - SÉCURITÉ

Gestes et postures : travail sur écran

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

DURÉE	TARIF	GROUPE	FORMAT
3 heures	450 € HT par groupe (intra)	10 participants max.	En présentiel

Objectifs

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

Prochaine session

Dates : nous contacter

Toulouse et sa périphérie

Session sur-mesure possible →

Modalités

PRÉREQUIS
Aucun

MÉTHODE PÉDAGOGIQUE
Active et différenciée

ÉVALUATION DES ACQUIS
Évaluation continue

VALIDATION DE LA FORMATION
Attestation de fin de formation

Plus d'infos sur cette formation →

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