



Prévention du travail devant un écran



OBJECTIFS – APTITUDES & COMPETENCES

Savoir améliorer ses conditions et sa qualité de vie au travail en vu de limiter les accidents de travail et l'apparition de maladies professionnelles

Compétences visées

Savoir identifier les parties du corps sollicitées lors du travail sur écran
Connaître les pathologies possibles
Comprendre les facteurs de risques lors du travail sur écran
Connaître les mesures de prévention à mettre en place

PUBLIC

Toute personne exposée à des risques liés au travail sur écran

MODALITÉS

Durée : 7 heures.

Nombre de participants de 10 à 12 participants maximum et 1 participant minimum.

Périodicité de la formation : Les formations sont à renouveler tous les 12 mois .

Formations en présence physique uniquement (Pas de FOAD)

PRÉ-REQUIS

Aucun

Textes officiels

Art. R. 4542-16 du Code du Travail

Programme détaillé

1- Connaissance sur les risques et les mesures de prévention

Les troubles et symptômes

- La fatigue visuelle ou oculaire
- Qu'est-ce qu'un trouble musculosquelettiques ?
- Le fonctionnement du corps en bref et l'apparition des troubles et les symptômes qui peuvent alerter

Les facteurs de risques

- Liés à l'activité de travail
- A la posture
- A l'organisation de son plan de travail
- A l'environnement et à l'hygiène de vie au travail

Les mesures de prévention

- Réglage de l'assise, l'éclairage
- Aménagement du bureau avec les accessoires (téléphone, casques, porte document...)
- Mise en pratique des exercices de détente musculaire et oculaire

2- Phase pratique au poste de travail

Auto-évaluation : En binôme les stagiaires réaliseront une évaluation à leur poste de travail. Celle-ci s'effectuera sur la base d'une grille récapitulant l'ensemble des conseils formulés lors de la première demi-journée.

Améliorations : En relation avec le formateur, les stagiaires feront des corrections immédiates à leur poste et pourront noter, si besoin, des améliorations qui seront effectués ultérieurement.

Moyens d'encadrement

Organisme de formation déclaré à la DIRECCTE disposant d'un Service Relations Clients, d'un Service Administratif, d'un Service Qualité, et d'une équipe pluridisciplinaire de formateurs.

Moyens pédagogiques

Formateurs en prévention des risques professionnels, titulaires d'un certificat de compétence délivré par l'organisme à l'issue d'une validation de leur aptitude à enseigner le sujet.

Supports d'animation pédagogique standardisés, utilisés en vidéo-projection.

Moyens techniques

Evaluation

Le formateur évalue les acquis du stagiaire (savoirs et savoir-faire) au moyen de questionnement oral et reformulations des apprenants.

Délai d'accès

En inter, les inscriptions sont possibles jusqu'à 48 heures ouvrées avant le début de la formation (sous réserve de places disponibles) et en intra, nous sommes en mesure de répondre de manière très réactive (en 48h selon disponibilité).

Documents délivrés

Une attestation de fin de formation est remise au stagiaire à l'issue de la formation, précisant si les objectifs sont atteints ou non, ou en cours d'acquisition.