TRAVAIL SUR ECRAN

Initiation aux bonnes pratiques

PREVENTION DES RISQUES

Etre capable d'acquérir les bonnes pratiques de gestes et postures dans le cadre de son activité professionnelle sur poste informatique afin de prévenir les lombalgies, réduire la fatigue et ainsi diminuer le risque d'accident ou de maladie professionnelle.

Durée : 3 heures
Sur 1 demi-journée
+ 1 heures si observation et accompagnement en situation de travail

***Nombre de candidats : 2 à 12** personnes*

***Pré requis :** Parler Français.*

***Délais d'accès :** 14 jours*

***Animateur** : 1 formateur expérimenté et certifié par l'INRS en prévention des risques liés à l'activité physique ou assimilé*

***Pédagogie** Active et participative*

***Evaluation formative** (apprentissage, questionnements, reformulations, QCM)*

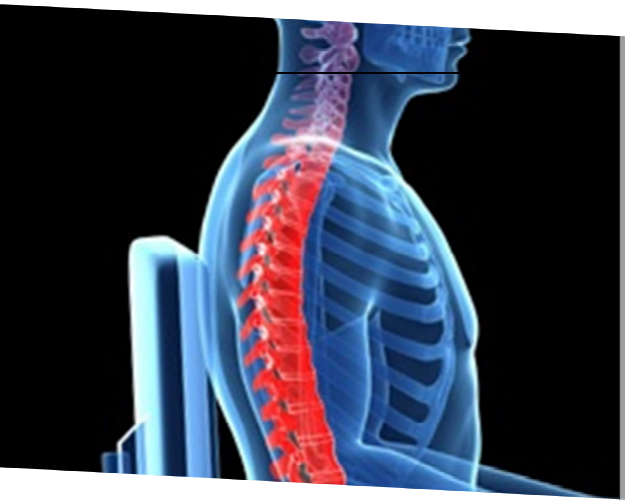
Recyclage :** Conseillé **tous les 2 ans** ou lors d'un **changement de poste.

TARIFS
Intra-entreprise : Dès 2 personnes, DEVIS SUR DEMANDE.
*Inter-entreprises : 60€/personne HT**

**TVA non applicable*

Programme de formation et compétences intermédiaires

- **Formation théorique**
  - ✓ Aspects réglementaires et statistiques
  - ✓ Notions d'anatomie et de physiologie appliquée
  - ✓ Notions d'efforts et de fatigue articulaire et musculaire
  - ✓ Evolution des lésions.
- **Formation pratique**
  - ✓ Détermination des positions des différentes parties du corps pour une bonne posture sur poste informatique
  - ✓ Réglage des outils et accessoires (fauteuil, bureau, clavier, souris, écran…)
  - ✓ Nouvelles technologies
  - ✓ Approche de l'organisation du poste de travail par le principe d'économie d'effort.
- **Phase d'observation et d'accompagnement** des participants en situation de travail - *Ajouter 1 heure*



Public visé, législation et préconisations

- Tout public, à partir de 16 ans.
- Tout salarié, cadre, dirigeant, stagiaire, apprenti du secteur public ou privé.
- Toute personne de la structure amenée à porter ou déplacer des charges non mobiles, même occasionnellement. (Art R231-71 du code du travail)
- ***Obligations et préconisations*** : Art R231-71 du code du travail

Adaptation à l'entreprise



- Programme modulable en fonction des risques spécifiques liés à l'activité des participants.
- Formation en présentiel. Possibilité de réaliser une partie de la phase théorique en e-learning, nous contacter.
- Une phase d'observation et d'accompagnement des participants en situation de travail est possible, **la formation sera alors prolongée de 1 heure.**
- ***Formations intra-entreprise*** – Notre formateur se déplace avec l'ensemble du matériel informatique *(ordinateur, vidéoprojecteur)* et pédagogique nécessaire. Vous devez simplement mettre à sa disposition une salle de réunion/formation. Celle-ci doit répondre aux normes minimum de sécurité et de confort permettant l'accueil du public en formation.

Personnes en Situation de handicap
Adaptation pédagogique et présence d'un accompagnant possible – Nous contacter pour définir les modalités de mise en œuvre.

Formalités administratives

Taux de réussite : 100%
Taux d'abandon : 0%
Personnes formées : 31 *depuis 2019*



✓ Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

✓ Feuilles d'émargements et évaluation de la formation par les participants et le formateur transmis à vos services.

✓ Support de cours remis à chaque stagiaire en fin de formation.

