

Adapter son poste de travail pour le travail sur écran

Exclusivement
Intra

1 jour
7 heures

formation présentielle

4 à 10 stagiaires

Objectifs de formation

- Maîtriser les risques liés au travail sur écran et adapter son poste pour prévenir les accidents de travail et les maladies professionnelles.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les principes de base de l'ergonomie d'un poste de travail et les appliquer.
- Agir pour supprimer ou réduire les risques.
- Télétravailler dans de meilleures conditions

Contenu

- Comprendre ce qu'est la prévention et ses enjeux humains, économiques et réglementaires.
- Comprendre les bases d'anatomie, de biomécanique et physio-pathologique afin d'amener le salarié à vouloir prendre soin de son corps au travail.
- Apprendre les notions d'ergonomie de bureau
- Appliquer l'ergonomie de bureau à son espace de travail
- Comprendre l'intérêt de cette mise en place dans le télétravail

Modalités d'animation

Alternance entre des méthodes théoriques et applicatives

Lieu de formation

Sur site client

Les personnes atteintes de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement, afin d'étudier ensemble les possibilités de suivre la formation

Tarif : sur devis

Prérequis

Aucun

Public

Personnel de bureau

Évaluation

1 épreuve pratique

Organisation

1 jour

dont l'après midi dans le bureau des stagiaires pour appliquer

Les inscriptions doivent être réalisées une semaine avant le début de la formation.

EN SAVOIR PLUS

www.ese-formation.fr
contact@ese-formation.fr