

Thème «Personnels amenés à travailler sur écran de visualisation»

Formation



1 h 30 mn

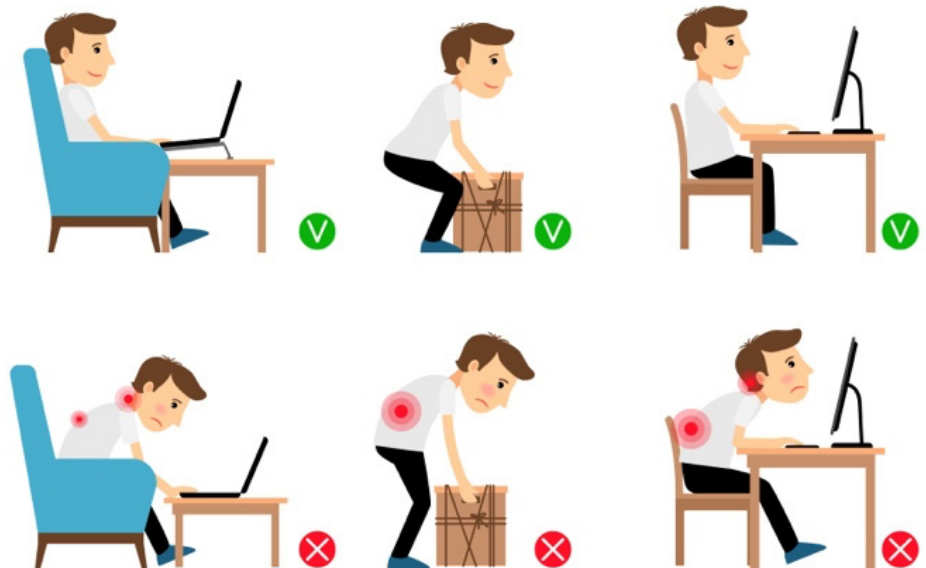
Les bons gestes et postures pour le travail sur écran de visualisation

Objectifs de la formation :

- Comprendre les enjeux liés aux **Troubles Musculo Squelettique (TMS) pour le Travail sur Écran de Visualisation.**
- Comprendre les bases du **corps humain et d'identifier les signes d'apparition des TMS**
- Connaître les principes de **sécurité physique et d'économie d'effort et le travail en position statique**
- Maîtriser les **équipements à disposition sur son lieu de travail**
- Savoir prendre en compte **les facteurs de risque et de sollicitation**
- Adopter les bons gestes et postures courants pour **prévenir les TMS et savoir prendre en compte les facteurs liés à l'environnement d'un poste de travail sur écran de visualisation**
- Acquérir les principes de bases de **l'aménagement dimensionnel d'un poste de travail sur écran de visualisation**

Informations	Thèmes et contenus
De 9h00 à 12h30 Présentiel Ergonome Formateur(rice) PRAP 2S	Ouverture de la session : <ul style="list-style-type: none"> • Présentation des participants et déroulement de la formation, quizz de connaissances sur le travail sur écran de visualisation. Le fonctionnement du corps humain et ses limites : <ul style="list-style-type: none"> • Le squelette, les ligaments, les muscles, les tendons et les nerfs • Le fonctionnement de la colonne vertébrale • Le fonctionnement d'une articulation Les différentes atteintes de l'appareil locomoteur et leurs conséquences sur la santé : <ul style="list-style-type: none"> • Les différents facteurs de risques (biomécanique, psychosociaux et environnementaux) • Les sollicitations de l'appareil locomoteur • Les sollicitations des membres inférieurs et supérieurs • La fatigue visuelle

Informations	Thèmes et contenus
De 9h00 à 12h30 Présentiel Ergonome Formateur(rice) PRAP 2S	Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort : <ul style="list-style-type: none"> • Le travail en position statique • Les principes de sécurité physique et d'économie d'effort • Notions d'étirements et de relaxation Les facteurs liés à l'environnement physique de travail : <ul style="list-style-type: none"> • Ambiance lumineuse, sonore, thermique, implantation dimensionnelle
De 13h30 à 17h00 Présentiel sur un poste de travail en entreprise Ergonome Formateur(rice) PRAP 2S	Etude d'un poste en entreprise/structure : <ul style="list-style-type: none"> • Evaluer un poste de travail et ses contraintes physiques (gestes et postures), techniques et organisationnelles • Identifier les risques potentiels associés au poste de travail • Proposer des pistes de prévention (sensibilisation, aménagements éventuels..) pour améliorer et dissocier les dimensions techniques, organisationnelles et humaines. • S'installer correctement à son poste : régler sa position et prendre en compte les contraintes dimensionnelles



Méthodes et moyens pédagogiques :

- Apports de connaissances théoriques - Mise en lien avec des situations concrètes –
- Analyse de pratique / Atelier pratique en structure / travail en groupe

Public concerné :

- Cette formation concerne tous les salariés qui travaillent sur écran.

Intervenants :

- Formateurs(rices) PRAP, ergonomes, formateurs(rices) spécialisés(es) en gestes et postures.

Prérequis :

- Aucun

Evaluation :

- Questionnement oral et outil d'auto-évaluation
- Modération des exercices
- Questionnaire de satisfaction à chaud à la fin de la formation
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue de la formation.



Dates à définir.



CFPPA d'Ahun

Le Chaussadis
23150 Ahun

ou délocalisation
(nous contacter).



1 journée de formation soit
7 heures et l'après midi en entreprise



Tarif individuel dans le cadre de la formation professionnelle continue :

Confère site internet

Modalités et délais

Tout au long de l'année sur demande

Une formation complète



Apports
théoriques



Echanges avec
les participant(e)s



Analyse
de pratique

Contact

- Informations pédagogiques et organisationnelles :

Lucie Milot :

lucie.milot@educagri.fr

- Informations concernant le financement de la formation :

Nathalie Ifanger, adjointe administrative et suivi des formations courtes :

nathalie.ifanger@educagri.fr

Pour plus d'informations : 05.55.81.48.90