

PREVENTION DES RISQUES LIES AU TRAVAIL SUR ECRAN DE VISUALISATION

Notre vie professionnelle est faite de gestes et de postures qui reviennent de manière récurrente, qui sollicitent l'organisme en impactant plus ou moins durablement la SANTE. Le travail sur écran peut engendrer fatigue visuelle, stress et troubles musculosquelettiques et le **travail assis menace notre santé : troubles oculaires et maladies cardiovasculaires ...**

Dans ce contexte, J+ **FORMATION** propose une formation dont le contenu et l'approche seront adaptés aux différents métiers liés au travail sur écran. Cette formation est conforme au Code du bien-être au travail et répond à l'obligation des employeurs de former leurs salariés aux gestes et postures à adopter dans le cadre de leur activité (Cf Art R4541-8 du Code du Travail). A l'issue de la formation les stagiaires auront acquis les principes de base de sécurité et d'économie d'effort pour travailler sur un écran ; ils utiliseront au quotidien les principes de récupération active.

Objectifs pédagogiques :

Mieux comprendre les problèmes de santé et les risques encourus suite à l'adoption de postures de travail inadéquates et/ou à un mauvais aménagement du poste de travail.

Atténuer la fatigue par les principes d'économie d'efforts et améliorer les conditions de travail :

- Adopter la posture appropriée au travail administratif
- Travailler correctement et de façon ergonomique sur écran
- Savoir organiser son environnement de travail

Appliquer les techniques de gestes et postures de travail pour diminuer la fréquence des maladies professionnelles.

Public :

Tout personnel occupant un poste de travail administratif et/ou sur écran.

Contrôle du suivi : Les stagiaires émargent une Feuille de présence par demi-journée de formation, pour justifier de leur participation. Le formateur élabore un compte-rendu de formation à la fin de la session et signe également les feuilles de présence.

Formateur :

Consultant J+ FORMATION

Prérequis : Aucun

Durée :

1 jour (7 heures)

Tarif : Cf au devis joint

Délais d'accès : variable entre 10 et 21 jours pour la mise en place d'une session.

Support : Un support de cours dématérialisé est remis à chaque stagiaire en fin de session.

Moyens pédagogiques :

Théorie élémentaire adaptée aux stagiaires et à leur métier : vidéo, power point, exercices et échanges directs

Pratique

Exercices d'application en salle et sur poste fictif : démonstration du formateur suivie de répétitions et d'entraînements, d'exercices, de simulations de situations et d'applications pratiques par les stagiaires, le tout afin de favoriser le transfert des acquis dans la pratique professionnelle quotidienne.

Visite des postes de travail pour des conseils personnalisés.

- Durant la session une évaluation des acquis est réalisée par le formateur.

- En fin de session, une évaluation à chaud est réalisée par les stagiaires (fiche à compléter) : elle concerne principalement le déroulement et le contenu de l'action de formation, ainsi que le degré de satisfaction à l'issue de cette action.

- Après retour des participants sur leur poste de travail et après mise en pratique des acquis, une évaluation à froid sera réalisée par le client commanditaire du projet.

Modalité de validation des compétences

- Délivrance d'un Certificat de réalisation de la formation et d'une « Fiche de validation de compétences ».

Accessibilités : La formation est accessible aux personnes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques. La mise en place d'un accompagnement est proposée afin que la formation se déroule dans les meilleures conditions : notre REFERENTE HANDICAP Joëlle Gruelles est chargée d'organiser leur accueil, et reste à leur disposition au 07 78 39 84 28 ou jplusformation@hotmail.com.

