

ERGONOMIE - GESTES & POSTURES - TMS - TRAVAIL SUR ÉCRAN

OBJECTIFS

- » Comprendre la problématique des Troubles musculo-squelettiques (TMS) et en limiter les risques provoqués par les gestes répétitifs, les postures prolongées
- » Se préserver & protéger son corps
- » Avoir des bases en prévention sur les risques liés à l'activité physique (travail statique) dans son entreprise ou son établissement
- » Observer et Analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain afin d'identifier les atteintes à la santé susceptible d'être encourues (travail statique)
- » Participer à la maîtrise du risque à son poste de travail à la prévention.

CONTENU

- » Les chiffres sur les Accidents du Travail et Maladies professionnelles.
- » Anatomie et Pathologies associés, les Troubles musculosquelettiques (TMS).
- » Prévention, danger, risque, situation dangereuse, dommage..., liés au travail de bureau
- » Les principes généraux de prévention.
- » Les TMS introduction.
- » Les risques du métier, les accidents du travail, les maladies professionnelles spécifiques aux activités de bureau.
- » L'œil.
- » Les éléments déterminant de l'activité de bureau : Fatigue visuelle, activité physique statique...
- » Notion d'ergonomie pour l'aménagement des postes de travail, (assis, debout). Les différents principes de base de sécurité physique et d'économie d'efforts adaptés aux activités de bureaux : réglage du siège, d'écran d'appui, luminosité, les zones de mobilité...
- » Analyse d'une situation de travail, méthode de recherche des pistes d'amélioration.

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ET OUTILS

- » Analyse d'une situation de travail (sur un poste de travail en entreprise ou par une vidéo adaptée à l'activité de bureau)
- » En groupe, recherche des déterminants et proposition des pistes d'amélioration PC informatique ou tablette, vidéoprojecteur, paperboard.

ÉVALUATION

- » Cette formation ne fait pas l'objet d'une évaluation des acquis et des compétences.
- » Celle-ci est sanctionnée par une attestation individuelle de fin de formation remise aux stagiaires.
- » Cette formation fait l'objet d'une mesure de la satisfaction globale des stagiaires sur l'organisation et les conditions d'accueil, les qualités pédagogiques du formateur ainsi que les méthodes, moyens et supports utilisés.



Source photo : Freepik

PROFIL

Cette formation s'adresse aux personnels occupant un poste de travail statique ou dynamique avec des manutentions manuelles, des postures contraignantes ou prolongés comportant des risques d'affection musculo- squelettiques. Travail sur écran.

DURÉE

Une journée, de 7 heures en face à face pédagogique, dont le temps nécessaire pour traiter les risques spécifiques de l'entreprise ou de la profession.

PRÉREQUIS

Aucun

INFORMATION

La formation est réalisée dans l'entreprise afin de concentrer celle-ci sur les situations à risques rencontrées sur les postes de travail. Un entretien préalable avec le responsable de l'entreprise peut être nécessaire sur l'étude des statistiques concernant les arrêts, les accidents de travail ou maladies professionnelles, la mise en évidence des problèmes rencontrés en termes de contraintes posturales. L'intervention directe sur le lieu de travail permet la mise en application des conseils d'ergonomie spatiale avec le matériel existant sur le site.

INFORMATION

La formation réalisée dans l'entreprise permet de concentrer celle-ci sur les situations à risques rencontrées sur les postes de travail.

Cette formation est animée par un professionnel de la prévention.

DEVIS SUR DEMANDE

Pour tout renseignement contactez Bruno VITET
Formation Conseil Prévention
Tél : 06 29 53 00 50
forcoprev@gmail.com
forcoprev.fr