



FORMATION

TRAVAUX SUR ÉCRANS

PRÉVENTION DES RISQUES TMS LIÉS AUX TRAVAUX SUR ÉCRANS DE VISUALISATION



Fiche programme

PUBLIC :

TOUTE PERSONNE DANS L'ENTREPRISE POSTÉ SUR ÉCRAN

PREREQUIS :

AUCUN

OBJECTIFS :

Être capable de :

- Comprendre les risques liés aux travaux sur écran de visualisation, l'incidence sur sa santé et sur l'organisation du travail
- Avoir une meilleure connaissance du fonctionnement de son corps
- Être capable de savoir repérer et de mieux organiser son poste pour prévenir les TMS
- Savoir régler son poste de travail

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

Méthodes actives : études de cas, démonstrations, QCM interactif, apports théoriques participatifs, Mise en pratique

SUIVI DE L'EXÉCUTION DE D'ÉVALUATION DES RÉSULTATS DE LA FORMATION :

Feuille de présence. Évaluation des acquis en fin de session (quiz/QCM, exercice pratique) .

INTERVENANT(S) :

INTERVENTION D'UN FORMATEUR EN PREVENTION & PREVENTEUR IPRP

INDICATEURS DE RESULTATS :

Taux satisfaction stagiaires 2025 : NC (sous traitance)

Avis stagiaires en 2025 "recommanderiez-vous cette formation" : NC (sous traitance)

(résultats détaillés visibles sur 3safe.fr)

ACCESSIBILITE :

Si vous avez besoin d'aménagements spécifiques pour suivre une formation, contactez-nous et nous chercherons un moyen d'adaptation qui vous convienne. referenthandicap@3safe.fr

MODALITES D'INSCRIPTION & DÉLAIS :

Sur réservation : contact@3safe.fr

Délais d'accès : 15 jours

Nombre de stagiaires par session : 10 personnes maximum

TARIFS : (FINANÇABLE OPCO)

500 € (département 50 et 14),
autres départements nous contacter.

700 € / 2 sessions jour

Durée : 1/2 jour(s) / 3 heures 30 – réalisable en 7h avec étude postes

Modalité(s) : 100% présentielle : 3h30 - Réalisable en Hybride/visio

Site : INTRA entreprise

PROGRAMME :

CONTENU DE LA FORMATION :

Enseignement théorique :

La réglementation :

- Recommandations : CNAM R 367, R 440, R478 suivant secteur activité, Normes AFNOR X35- 109
- Définition des atteintes à la Santé AT et MP
- Statistiques 2023 des accidents du travail et des maladies professionnelles
- Les différentes plaintes des salariés, témoignages.

Tour de table écoute et prise en compte des stagiaires

Ce qui conditionne les gestes et postures, causalité plurifactorielle.

- La mécanique humaine...
- Passage en revue des TMS et de leurs origines/cause

Les principes du travail sur écran :

- La fatigue visuelle
- Principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Le travail en position statique
- Les équipements du poste de travail
- Les différents équipements : siège, repose-pieds, porte documents, écran de visualisation...
- Le réglage des équipements
- Les facteurs environnementaux (t°, l'hygrométrie, bruit & lumière)
- L'aménagement du poste
- Les amplitudes articulaires
- Les principes de base de l'aménagement des postes de travail sur écran
- Des exemples d'étirements, relaxation dans les temps de pause

Partie pratique :

- Mise en pratique des techniques énoncées
- Analyse de poste, filmée avec un logiciel spécialisé pour mettre en avant les contraintes
- débrief de l'analyse des postes en visionnant la vidéo (format 7h)

Remise d'un support de formation.

Le format 7h permet de s'assurer du bon réglage du poste de chacun des salariés.

3SAFE – Morgan DETOISIEN **Organisme de formation**

<https://3safe.fr> - Téléphone : 07.80.59.68.92 - Mail : contact@3safe.fr

Formations Grand-Ouest Normandie en Intra