



Formation - Travaux sur écrans

Prévention des risques TMS liés aux travaux sur écrans de visualisation

PROG-FPTSE

V7.0 - MAJ 2026-06

Page 1/2

Fiche programme de formation - 3SAFE Morgan DETOISIEN

DURÉE

3 heures 30 - 1/2 jour (réalisable en 7h avec étude des postes)

RYTHME

Dates définies avec le client

PARTICIPANTS

10 personnes maximum par session

TARIF

500 € / session

Identification de l'action

Formation : Travaux sur écrans

Référence : PROG-FPTSE - Version : V7.0 - Mise à jour : 2026-06

Organisme : 3SAFE Morgan DETOISIEN

NDA : 28 50 01329 50 ne vaut pas agrément de l'État

SIRET : 438 408 676 00056

Habilitation SST réseau CARSAT n°H37226/2021/SST-1/0/14

Liste d'agrément Préfecture Normandie SSCT CSE et Liste Économique financière et sociale - Centre AIPR n°1317 Ministère de l'Environnement

Objectifs pédagogiques

Objectif général : permettre aux participants de comprendre les risques liés au travail sur écran et d'adopter des réglages et pratiques favorisant la prévention des TMS. À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- identifier les effets du travail sur écran sur la santé et l'organisation du travail;
- comprendre les principes de fonctionnement du corps en situation de travail statique;
- repérer les facteurs de risque d'un poste écran et proposer des ajustements;
- régler son poste de travail et appliquer des pratiques de prévention adaptées.

Public visé, prérequis et admission

Public visé : toute personne dans l'entreprise postée sur écran.

Prérequis : aucun.

Durée, rythme et modalités de déroulement

Durée : 3 heures 30 - 1/2 jour (réalisable en 7h avec étude des postes).

Rythme / période : Dates définies avec le client.

Participants : 10 personnes maximum par session.

Format : 100 % présentielle : 3h30.

Lieu / accès : Présentiel en intra uniquement. Location de salle possible (nous contacter).

Délais d'accès : Entrée possible sous 30 jours après validation administrative, sous réserve de disponibilité.

Contenu et progression pédagogique

Séquence 1 - Cadre réglementaire et enjeux santé

- Recommandations CNAM R 367, R 440, R 478 selon secteur d'activité et normes AFNOR X35-109.
- Définition des atteintes à la santé, accidents du travail et maladies professionnelles.
- Statistiques 2023, plaintes des salariés, témoignages et tour de table.

Séquence 2 - Comprendre les TMS et la mécanique humaine

- Gestes, postures et causalité plurifactorielle.
- Fonctionnement du corps, amplitudes articulaires, origines et causes des TMS.
- Fatigue visuelle, travail statique et principes de sécurité physique.

Séquence 3 - Aménager et régler son poste écran

Séquence 4 - Mise en pratique et transfert

- Équipements : siège, repose-pieds, porte-documents, écran de visualisation.
- Réglages des équipements et environnement : température, hygrométrie, bruit et lumière.
- Principes d'aménagement du poste, pauses actives, étirements et relaxation.
- Mise en pratique des techniques énoncées et conseils d'organisation.
- Analyse de poste filmée avec logiciel spécialisé et débrief vidéo en format 7h.
- Synthèse des acquis, QCM et pistes d'amélioration du poste de travail.



Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement

Méthodes pédagogiques : alternance d'apports, démonstrations, exercices, échanges de pratiques, études de cas et mises en situation.

Moyens techniques : salle adaptée, support de projection, documents pédagogiques, outils numériques ou collaboratifs.

Supports : support de formation, fiches pratiques, ressources complémentaires / livrables remis.

Modalités de suivi, assiduité et accompagnement

Suivi de l'exécution : feuille d'émargement, suivi de l'assiduité, traçabilité des exercices et accompagnement pendant la formation.

Évaluation des résultats : positionnement initial, évaluations formatives pendant les séquences, évaluation finale des acquis par quiz ou cas pratique.

Sanction de l'action : attestation de fin de formation ou certificat de réalisation transmis à l'issue de l'action selon les modalités applicables.

Évaluation des acquis et sanction de l'action

Évaluation des résultats : positionnement initial, évaluations formatives, évaluation finale des acquis par quiz, cas pratique, observation ou production attendue.

Sanction de l'action : attestation de fin de formation et certificat de réalisation transmis à l'issue de l'action.

Accessibilité et adaptation handicap

Les personnes en situation de handicap sont invitées à signaler leurs besoins d'aménagement le plus tôt possible afin d'étudier les adaptations raisonnables.

Référent handicap : contact@3safe.fr

Modalités possibles : adaptation des supports, rythme, modalités d'évaluation, accessibilité des locaux ou orientation vers partenaires spécialisés.

Tarif, financement et modalités administratives

Tarif : 500 € (départements 50 et 14), autres départements nous contacter. 700 € / 2 sessions jour.

Modalités de règlement : Selon CGV.

Contacts, réclamations et amélioration continue

Contact administratif et pédagogique :

morgan.detoisien@3safe.fr - 07 80 59 68 92 - contact@3safe.fr

Site : <https://3safe.fr>

Réclamations : contact@3safe.fr. Les retours participants et commanditaires sont analysés dans une logique d'amélioration continue.

Adresse : 292, rue des Azalées 50000 Saint-Lô

Indicateurs et informations complémentaires

Indicateurs de résultats : Taux satisfaction stagiaires 2025 : NC (sous-traitance). Avis stagiaires 2025 « recommanderiez-vous cette formation » : NC (sous-traitance). Résultats détaillés visibles sur 3safe.fr.

Informations pratiques permanentes

Lieu / accès : Présentiel en intra uniquement. Location de salle possible (nous contacter).

Besoins matériels stagiaires

Si besoin EPI pour pratique, la convocation indique les besoins.

Livret, stylo et carnet de notes sont fournis au stagiaire.

Documents post-formation numériques à disposition.

Équipe pédagogique

L'action est animée par un formateur en prévention et préventeur IPRP, chargé de l'animation pédagogique, du suivi des acquis et de l'adaptation des méthodes aux besoins du groupe. Référent pédagogique : Morgan DETOISIEN mobilisé pour le suivi administratif et pédagogique.