

Séance d'information et de sensibilisation des salariés

OBJECTIFS

- Identifier les parties du corps sollicitées lors du travail sur écran et les pathologies possibles.
- Analyser les gestes et postures conduisant à l'apparition de troubles musculo-squelettiques (TMS) ainsi qu'à des problèmes de dos.
- Savoir adapter le poste à son activité de travail.
- Connaître les principes simples de réglage et d'aménagement du poste de travail pour éviter les douleurs liées à une activité prolongée sur écran.

PUBLIC

Tout salarié du secteur tertiaire.
8 à 12 stagiaires.

INTERVENANTS

Ergonome
Technicien Hygiène et Sécurité

PROGRAMME

- **Les sollicitations du corps lors du travail sur écran de visualisation**
 - La fatigue visuelle,
 - Les troubles musculo-squelettiques,
 - Le stress au travail
- **Les principes de prévention du travail sur écran**
 - Environnement de travail
 - Implantation du poste
 - Aménagement du poste
 - Organisation du travail
- **Atelier pratique**
 - Les participants travailleront à partir d'exemples de situations de travail : analyse de situation, utilisation d'outil de diagnostic
 - Chacun apprendra à régler son poste de travail en fonction de ses caractéristiques physiques.

ORGANISATION

8h15-8h30 : Accueil des participants
8h30-12h : Séance de sensibilisation

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Fiches conseils, outil d'analyse de l'environnement informatique, plaquettes...

LIEU

Locaux de l'APST 26/07 (Valence ou Tournon)

DURÉE

3 heures 30

TARIF

Prestation comprise dans la cotisation annuelle d'adhésion à l'APST 26/07

CONTACT

Christine QUERCIA
04.75.78.54.32
c.quercia@apst2607.fr