Programme

AMÉLIORER LES SITUATIONS DE TRAVAIL SUR POSTE INFORMATISÉ

OBJECTIFS

1. Connaitre les facteurs de risques généraux ayant un impact sur son activité de travail sur écran : ambiances physiques, sédentarité, facteurs de risques psychosociaux, les facteurs d'apparition des troubles musculosquelettiques.

2. Savoir adapter le poste à son activité de travail.

3. Connaitre les principes simples de réglage et d'aménagement du poste de travail pour éviter les douleurs liées à une activité prolongée sur écran.

PROGRAMME

8h30 / **ACCUEIL**
8h45 - 12h / **SÉANCE DE SENSIBILISATION :**

ATELIERS PRATIQUES, ÉNIGMATIQUES ET LUDIQUES

- Mise en situation sur un poste de travail,
- Chasse aux risques,
- Les troubles musculo-squelettiques,
- Les facteurs de risques psychosociaux,
- La sédentarité

LES PRINCIPES DE PRÉVENTION DU TRAVAIL SUR ÉCRAN

- Organisation du travail,
- Caractéristiques de l'espace,
- Environnement de travail,
- Aménagement du poste

BILAN DE SESSION ET ÉCHANGES

PUBLIC

Tout salarié du secteur tertiaire.
8 à 12 stagiaires.

INTERVENANTS

Ergonomes
Techniciens en Prévention des risques professionnels

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

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

LIEU

Locaux de l'APST 26/07
VALENCE ou **TOURNON**

DURÉE

3h30

TARIF

Prestation comprise dans la cotisation annuelle

CONTACT : Mme QUERCIA Christine · 04 75 78 54 32 · c.quercia@apst2607.fr