



PROGRAMME DE FORMATION

ADAPTECH
Service d'Ergothérapie
Groupe VYV

Intitulé de la formation :	SENSIBILISATION AUX RISQUES LIES AU TRAVAIL SUR ECRAN Se positionner en préservant une posture fonctionnelle
Durée, groupe, tarif :	Une demi-journée, soit 3h30. Groupe de 10 participants maximum. Tarif : 495€/groupe
Méthode pédagogique :	<ul style="list-style-type: none"> • Exposé interactif • Mise en pratique immédiate et personnalisée • Document de synthèse remis à chaque stagiaire
Objectifs de la formation :	<ul style="list-style-type: none"> • Se positionner face à l'écran en préservant une posture fonctionnelle afin de prévenir l'apparition des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) • Comprendre l'intérêt de l'alternance des postures et de l'activité physique • Repérer des situations à risque
Modalités d'évaluation :	Afin de permettre d'évaluer les acquis de la formation, il sera demandé à chaque stagiaire de répondre à un questionnaire qui permettra de vérifier si les principes déroulant de la formation ont bien été acquis par chacun d'entre eux.
Contenu :	<ul style="list-style-type: none"> • Caractériser les dommages potentiels liés au travail sur écran : <ul style="list-style-type: none"> ○ Les TMS : définitions et facteurs de risque ○ Les amplitudes articulaires dangereuses ○ Incidences de la posture assise prolongée sur le corps ○ La fatigue visuelle • Prévenir les TMS en travail sur écran : description d'une installation respectant au mieux les contraintes anatomiques : <ul style="list-style-type: none"> ○ De la posture naturelle à la posture fonctionnelle ○ Les différents éléments du poste de travail et leur agencement ○ L'organisation du travail et l'alternance des postures ○ L'activité physique • Etre Acteur de la prévention au service de son équipe : repérer des situations à risque de développement des TMS et proposer des pistes de solutions. • Etude de cas pratique individuelle avec passage sur chaque poste de travail. • Réglages et réorganisation des éléments du poste de travail. • Essai de matériel de type repose-pied et pupitre porte-document à disposition dans l'entreprise ou fourni par le formateur. • Identification des axes d'amélioration pour chaque situation de travail avec sélection de matériel à tester.
Prérequis et public :	Cette formation ne nécessite pas de prérequis. Elle s'adresse à toute personne travaillant sur écran.
Formateur :	Ergothérapeute, Formatrice PRAP.