

# FORMATION PRÉVENIR LES RISQUES DANS LES BUREAUX



## PUBLIC CONCERNÉ

- Personnes travaillant avec un ordinateur
- Personnes en charge d'organiser les espaces de travail
- Personnes en charge de promouvoir la santé

## OBJECTIFS

- Décrire les risques liés au travail sur écran
- Identifier et appliquer les moyens de prévention
- Montrer & Appliquer les exercices de compensation
- Analyser les postes des participants ou des postes de référence
- Réorganiser les postes

## PROGRAMME DE FORMATION

### Module 1 : Santé & travail sur écran

Les enjeux de la sédentarité

Les risques liés au travail sur écran

### Module 2 : Les moyens de prévention

Bouger : Exercices d'étirements et autres astuces

Les principes d'implantation

Les solutions d'aménagement

## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Diaporama
- Travail en groupe
- Cas pratiques
- Echanges

## SUIVI ET ÉVALUATION DES RÉSULTATS

- Feuille de présence
- Attestation de formation

## DURÉE

- 1 jour soit 7 heures