

PREVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES POSTURES SEDENTAIRES ET TRAVAIL SUR ECRAN



Organisme Formateur
Melioris

493, avenue de Paris
79000 NIORT

Contact : Mickaël BOUSSIQUET

Responsable de l'Organisme
Formateur Melioris

05.49.32.38.64

[of@melioris-
organismeformateur.fr](mailto:of@melioris-organismeformateur.fr)

SIRET : 781 343 231 00036

Code NAF : 8610 Z

PUBLIC VISE _____

- ▶ **Tout professionnel travaillant sur un poste de travail sur écran.**

INTERVENANT _____

- ▶ **Clémence AUGÉ** : Ergothérapeute- Ergonome au sein de l'Unité d'Insertion Socio Professionnelle COMETE FRANCE – MELIORIS Le Grand Feu et formatrice indépendante

PREREQUIS _____

- ▶ **Aucun prérequis** n'est exigé pour accéder à cette formation

DUREE ET TYPE DE FORMATION _____

- ▶ Formation en présentielle
- ▶ 1 journée, soit 7h de formation
- ▶ Effectif d'apprenants : groupe entre 5 et 10 personnes maximum

OBJECTIFS ET COMPETENCES PROFESSIONNELLES VISES _____

Objectif :

Cette formation a pour objectif principal de permettre à l'apprenant de prévenir et limiter les répercussions liées à l'activité sur écran et parvenir à conjuguer confort et efficacité sur son poste de travail.

Compétences professionnelles visées :

- ▶ Être capable d'observer et d'analyser sa situation de travail en s'appuyant sur des notions du fonctionnement du corps humain,
- ▶ Être capable d'identifier les risques liés à son activité professionnelle ainsi que les postures susceptibles d'entraîner des conséquences néfastes sur sa propre santé ou encore d'entraîner des efforts inutiles ou excessifs
- ▶ Être capable d'aménager son propre poste de travail en fonction de son environnement et de son organisation de travail
- ▶ Être capable d'améliorer durablement sa qualité de vie et ses conditions de travail

Réseau des Organismes de Formation



Membre du Réseau des
Organismes de formation
FEHAP

CONTENU

Format : Présentiel

Durée : 1 journée soit 7 heures de formation

Description :

- **Caractériser l'activité sur écran et les troubles musculo squelettiques (TMS)**
- **Appréhender les atteintes à la santé liées à l'activité sur écran en milieu professionnel**
 - Comprendre les atteintes à la santé liés à l'activité sur écran
 - Identifier les conséquences pour les salariés et l'entreprise
- **Repérer les situations à risque liées à l'activité sur écran**
 - Apprendre à faire le lien entre le fonctionnement du corps humain et les exigences de l'activité sur écran : postures, gestes, répétitivités, cognition, etc.
 - Identifier les facteurs de risques intrinsèques et extrinsèques
 - Comprendre les conséquences de situations à risque identifiées
 - Identifier les éléments déterminants de l'activité sur écran
 - Reconnaître les points d'attention de son installation
- **Participer à la maîtrise des risques liés à l'activité sur écran**

Une attestation de présence sera remise à chaque participant à l'issue de la formation

MODALITES D'EVALUATION ET DE SUIVI DES PRATIQUES

L'évaluation sera réalisée selon plusieurs niveaux :

- Au démarrage, les attentes seront recueillies par le formateur lors du lancement de la formation. Les acquis/les connaissances seront évaluées de manière auto formative par l'intermédiaire de quiz de connaissances ou d'un questionnaire direct.
- Au cours de la formation, les participants seront invités à auto évaluer leur progression via le questionnaire du formateur
- A l'issue de la formation : l'acquisition des compétences professionnelles visées par cette formation sera évaluée par le formateur au travers d'un quizz ou d'un cas pratique.
La satisfaction des participants sera également évaluée lors d'un tour de table, si possible en présence du commanditaire de la formation (pour les formations en intra) et à l'aide d'un questionnaire « à chaud » remis aux participants.
- A distance de la formation : un questionnaire sera envoyé à chaque participant à 3 mois post-formation afin d'évaluer l'impact de la formation sur les pratiques professionnelles.

SUPPORTS UTILISES

Support de présentation écrit et interactif

Temps de réflexion en groupe, en individuel

Essai de matériel.

METHODES PEDAGOGIQUES

Méthode affirmative

Méthode interrogative et démonstrative

Méthode applicative

DATE(S) ET LIEU _____

Formation en Inter :

- **Nous consulter pour toute demande. Programmation possible sous 2 mois.**
- **Salle de formation
MELIORIS Le Grand Feu
74 rue de la Verrerie – 79000 NIORT**

Formation en Intra :

- **Cf. Proposition financière établie pour l'établissement demandeur**

Nous ne sommes pas assujettis à la TVA

ACCUEIL ET ACCESSIBILITE DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP _____

Nos locaux sont accessibles à toute personne en fauteuil roulant, à toute personne présentant un handicap locomoteur et/ou neurologique et/ou sensoriel

Notre référent Handicap permettra l'accessibilité optimale pour tous les apprenants. Si vous êtes en situation de handicap et que vous souhaitez participer à l'une de nos formations, vous pouvez contacter :

Juliette COURROT jcourrot@melioris.fr 05 49 32 38 77
Clémence AUGÉ cauge@melioris.fr 05 49 32 30 63