

## Formation Gestes et Postures

### Travail sur écran

#### *Formation initiale*

#### OBJECTIFS DE LA FORMATION

Être capable de définir les risques et leurs effets sur la santé liés au travail sur écran. Savoir organiser un poste de travail sur écran.

#### PUBLIC ET MODALITES D'ENTREE

Toute personne travaillant sur écran

Formation INTRA uniquement : nous consulter pour connaître disponibilités.

#### ACCESSIBILITE

Sous couvert de compatibilité avec la formation, nous invitons les personnes en situation de handicap à nous consulter afin d'envisager les possibilités ([admin@forsse.fr](mailto:admin@forsse.fr))

#### TARIFS

Sur devis – Nous consulter ([admin@forsse.fr](mailto:admin@forsse.fr)) Devis sous 48h00

#### ORGANISATION DE LA FORMATION

- **Prérequis**  
Aucun
- **Durée**  
3 heures
- **Effectif**  
1 à 8 participants
- **Maintien des connaissances**  
3 heures annuelles
- **Intervenants**  
Formateur spécialisé
- **Méthodes pédagogiques**  
Exposés interactifs, démonstration pour le formateur, études de cas, exercices pratiques...
- **Attribution finale**  
Attestation de formation

#### TEXTES REGLEMENTAIRES DE REFERENCE

- ✓ Code du travail R4541-8

## PROGRAMME DE LA FORMATION

---

### ➤ **SANTE ET TRAVAIL SUR ECRAN**

Définition  
Statistiques  
Risques  
Effet sur la santé  
Décret du 14 mai 1991

### ➤ **ACTIVITE ET ORGANISATION DU TRAVAIL**

Analyse et tâches  
Matériel utilisé  
Champ spatial

### ➤ **ERGONOMIE DU POSTE**

Réglage des plans de travail  
Réglage et qualité du siège  
Repose pieds  
Support de document  
Disposition du matériel  
Réglage de l'écran (contraste, luminosité)

### ➤ **AMBIANCES**

Ambiance lumineuse  
Ambiance sonore  
Ambiance thermique  
Environnement du poste

### ➤ **REGLES D'IMPLANTATION**

### ➤ **LE SUIVI MEDICAL**

### ➤ **PARTIE PRATIQUE**

Etude de cas sur le poste de travail d'un des participants