



# PROGRAMME DE FORMATION E-LEARNING T.M.S.\* / GESTES ET POSTURES TRAVAIL SUR ÉCRAN

## **PUBLIC VISÉ :**

Tous salariés et secteurs public ou privée

## **PRÉ-REQUIS :**

Aucun prérequis

## **OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES :**

- Identifier et prévenir les risques liés aux troubles musculo-squelettiques (T.M.S.\*), à l'inconfort visuel, au stress et à la fatigue.
- Modifier l'ergonomie des postes de travail et améliorer le confort du travail sur écrans.
- Optimiser l'organisation de l'entreprise.

## **DURÉE :**

Elle est d'une durée de 40'

## **MÉTHODE :**

Sur plateforme e-learning, vous accédez au support pédagogique. Chaque cours est découpé en modules afin de progresser sur des thèmes précis. Des tests de connaissances sont proposés sous formes d'exercices au fil de chaque module. A chaque fin de cours, un quiz final d'évaluation est proposé

## **CONTENU :**

1. Introduction
2. Le bureau
3. Le mobilier
4. Le siège
5. L'équipement informatique
6. L'écran
7. L'éclairage
8. Les tâches
9. Conclusion
10. Quiz

## **LES BÉNÉFICES :**

- Interactions ludiques et pédagogiques.
- Contenu riche en illustrations 2D et 3D, animations 3D, vidéos, films de cas concrets, photos, etc.
- Agit sur le savoir-être et le savoir-faire.

## **TRACABILITÉ :**

Un quiz d'évaluation est proposé à la fin du module. Il permet ensuite, l'édition d'une attestation de passage nominative. Elle vous indique :

- Le nom, prénom, et date de naissance du stagiaire.
- La date et la durée du passage.
- Le pourcentage de réussite.