

TRAVAIL À L'ÉCRAN

À la fin de la formation, le participant sera en mesure d'appliquer les principes d'ajustement d'un poste de travail où l'on doit se servir d'un ordinateur en entreprise et en télétravail.

Clientèle : Membres du comité de santé et de sécurité, responsables SST, responsables de l'aménagement des postes de travail, membres d'un groupe d'intervention sur les postes de bureau, personnes qui effectuent du travail à l'ordinateur.

Durée : 2 h

Approche pédagogique :

Exposé théorique à l'aide de support média, échanges et discussions, exercices en groupe et individuels.

Information supplémentaire :

- Le participant doit avoir accès à une chaise avec réglages lors de la formation.
- Ce cours est admissible aux crédits d'impôt pour la formation d'Emploi Québec.
- Lorsque la formation est offerte en entreprise, des consultations sont offertes à la suite de la formation directement au poste de travail des travailleurs qui en font la demande.
- MultiPrévention peut aussi former des personnes-ressources qui peuvent par la suite offrir du soutien en aménagement de poste de travail à l'écran à l'interne aux travailleurs.

<p>Objectifs généraux Au terme de la formation, le participant sera en mesure de...</p>	<p>Sommaire du contenu</p>
<ul style="list-style-type: none"> • Appliquer les principes d'aménagement d'un poste de travail à l'écran à sa situation personnelle • Identifier les risques à un poste de travail à l'écran 	<ul style="list-style-type: none"> • Notion de position neutre de la colonne vertébrale • Comportement de la colonne vertébrale et du bassin en position assise • Méthode pour ajuster correctement sa chaise • Notions du travail statique et immobilité • Avantages et inconvénients de la posture assise • Solutions pour réduire le temps passé immobile • Principaux TMS associés aux membres supérieurs • Revue de situations difficiles pour les articulations des membres supérieurs • Conseils pour améliorer l'aménagement du poste de travail • Revue des principes de prévention applicables en télétravail • Revue des principaux risques liés à la sécurité pouvant survenir dans un environnement de bureau

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec votre conseiller en gestion de la prévention.