PROGRAMME DE FORMATION

GESTES & POSTURES – TELETRAVAIL

DURÉE DE LA FORMATION	7 heures sur 1 jour	**NOMBRE MINI / MAXI**	1 stagiaire / 10 stagiaires

OBJECTIF PÉDAGOGIQUE	A l'issue de la formation, vous serez capable d'adopter et d'appliquer les comportements posturaux de préservation de l'intégrité physique, d'améliorer l'ergonomie de votre poste de télétravail selon ED 922/923/924 de l'INRS et de contribuer à la prévention des risques professionnels par l'application de vos compétences.
PUBLIC CONCERNÉ	Toute personne volontaire ayant à travailler de manière prolongée sur un poste de 'bureau' avec du travail sur écran pour son activité professionnelle
PRÉREQUIS NÉCESSAIRES	Parler français (ou présence d'un traducteur)
PROGRAMME PÉDAGOGIQUE	• La réglementation • L'analyse des risques du télétravail & les consignes de sécurité • Les accidents du travail et la maladie professionnelle • Les mesures générales de prévention • Des notions d'anatomie et de physiologie appliquées • La colonne vertébrale & les risques dorso-lombaires • Des notions de travail statique & travail dynamique • Les principes de base & la charge musculaire statique • Les effets sur la santé ; fatigue visuelle, TMS & stress • Les principes de base • L'implantation du poste de télétravail • L'aménagement dimensionnel & les postures de travail • L'organisation du télétravail • Les bonnes pratiques ; exercices de détente et de relaxation
EQUIPE PÉDAGOGIQUE	Formée en prévention & Expérimentée dans le domaine
TECHNIQUES PÉDAGOGIQUES	Cours théoriques – Études de cas – Exercices participatifs – Cas pratiques
OUTILS PÉDAGOGIQUES	Ordinateur & Vidéoprojecteur – Documents, Photos & Vidéos – Paperboard
ÉQUIPEMENTS DES STAGIAIRES	/
MODALITÉS DE SUIVI D'EXÉCUTION, D'APPRÉCIATION, D'ÉVALUATION, & DE SATISFACTION	Émargement des participants par demi-journée Evaluation des acquis théoriques & pratiques tout au long de la formation Contrôle des connaissances par QCM en fin de formation Évaluation de la satisfaction des stagiaires en fin de formation
FORMATION CERTIFIANTE	NON – Attestation de formation individuelle
NATURE DE L'ACTION	Action d'acquisition, d'entretien ou de perfectionnement des compétences
MODALITÉS DE FINANCEMENT	Entreprise – Compte Personnel de Formation (CPF) – OPCO
TARIFS	**NOUS CONTACTER – 06 23 10 02 34 – contact@fpas.fr – www.fpas.fr**
EN CAS DE BESOIN / QUESTION	F.P.A.S reste à votre disposition pour toute question éventuelle

Pour les personnes en situation de handicap, en difficulté d'apprentissage ou en cas de singularité,
Contacter F.P.A.S. pour l'étude au cas par cas de l'aménagement et l'adaptation de la formation.