GESTES ET POSTURES TELETRAVAIL

« en visioconférence »

Etablissement ***:*** ……
Durée ***:*** 2 heures/groupe (possibilité de 2 groupes/jour)
Public visé ***:*** Personnel de l'établissement (3 à 10 participants/groupe)
Modalités et délais d'accès : Formations essentiellement intra-entreprise, les modalités et délais sont définis en accord avec l'entreprise cliente
Pré-requis : Aucun
Objectif :

- Identifier les risques liés à l'activité physique à partir des connaissances anatomiques et physiologiques
- Appliquer les principes de sécurité physique et d'économie d'effort
- Acquérir des connaissances qui permettront de participer à l'amélioration de leur condition de travail et de leur vie quotidienne

Modalités d'évaluation: L'évaluation des compétences acquises est réalisée tout le long de la formation aux travers d'exercices et de mises en situation (évaluation formative)
Méthode pédagogique :

- Exposé interactif
- Etude de cas participative
- Mise en situation interactive
- Feed-back

Tarif : voir devis

Programme de la formation

1) 15 minutes
   Présentation du phénomène d'apparition des Troubles Musculo Squelettiques

2) 1h45
   Observation, analyse, préconisations (dans les différentes pièces de l'habitation (salon, salle à manger, bureau, cuisine, chambre…)
   Interactivité permanente avec les participants afin de répondre à leurs attentes et réduire les postures inadaptées du télétravail