



Travailleur sur écran



Améliorations durables



Partager vos actions



Distanciel ou présentiel

OBJECTIFS

Acquérir des connaissances et repères pour aménager au mieux son poste de travail

Identifier comment agir pour adapter sa situation de travail afin de préserver sa santé et prévenir l'apparition de TMS (troubles musculosquelettiques)

Partager contraintes, ressources et expériences

Accompagner l'entreprise dans la mise en œuvre d'actions durables

METHODES

Public : personnes travaillant sur écran la majorité du temps

Formation dynamique : contenus visuels et mémorisables, mise en situations concrètes

Outils : apports de connaissances, échanges et retours d'expérience

CONTENUS

Qu'est-ce que l'ergonomie

Les dimensions multiples du travail : comment identifier les contraintes et les ressources existantes pour améliorer le quotidien au travail

Le travail sur écran : conseils pour l'agencement du bureau et du matériel

EN PRESENTIEL

Atelier collectif – durée 2h
Démonstrations avec le matériel
existant disponible sur le site

Entretiens individuels au poste de
travail, conseils personnalisés – durée
20mn par personne – 10 maximum

Tarif : 1000 € HT
frais de déplacement en supplément
au-delà de 30km de Orléans

Option : retour d'expériences en
distanciel – durée 1h30
Tarif : 120 € HT

EN DISTANCIEL

J – 2 semaines : envoi par vos soins
de photos et plans des locaux et liste
des collaborateurs participants

J : Atelier par groupe de 10 personnes
maximum – durée 2h

J + 1 mois : envoi par les participants
photos avant/après

J + 1,5 mois : retour d'expériences par
groupe de 10 personnes maximum –
durée 1h30

Tarif intra :
450 € HT par groupe de 10
10% de réduction au delà de 3 groupes

Tarif inter :
60 € HT par personne

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Ateliers sur mesure possibles : contactez nous !

02.38.64.65.03

formation@hunanim.fr

www.hunanim.fr/les-formations/