

Fatigue visuelle et douleurs liées au travail de bureau – Enjeux et prévention : Recyclage officiel salarié.e désigné.e

Durée : 8h

Nombre de participants : 15 personnes maximum

Introduction

Le travail sédentaire sur écran au bureau est délétère pour la santé. Les deux-tiers des salariés ignorent les impacts sur leur santé et malheureusement, également les moyens de se préserver.

Dans un contexte de shared office, télétravail, splitoffice et travail sur écran intensif, le sujet devient un enjeu tant pour le salarié que pour l'entreprise.

Cette formation permet d'informer les travailleurs désignés et de leur donner des compétences pratiques pour animer la prévention des Risques professionnels dans leur entreprise sur les principaux risques liés au travail de bureau :

- fatigue visuelle
- TMS
- RPS
- sédentarité

Formation reconnue comme formation complémentaire pour travailleurs/salarié-es désigné.es par arrêté ministériel.

Objectifs

A l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :

- Comprendre et identifier les risques propres au travail de bureau
- Prévenir les risques liés au travail de bureau
- Définir et mettre en œuvre une démarche de prévention de ces risques

Contenu de la formation

1. Identifier les différents risques professionnels au bureau, en open-space ou en télétravail
2. Principes de prévention, apparition du risque, niveaux de prévention
3. Zoom sur 4 risques :
 - Sédentarité
 - TMS
 - Fatigue visuelle
 - Stress RPS
4. Identification des situations de travail à risque
5. Analyse et amélioration
6. La démarche de prévention

Public

Travailleurs/salarié.es désigné.es, responsables d'entreprises et toutes personnes intéressées.

Méthodologie

Alternance d'apports théoriques et pratiques s'appuyant sur les expériences vécues par les participants dans leurs entreprises.

Pédagogie active.

Intervenants

Consultant formateur en prévention des risques professionnels et QVCT certifié par l'ILQVT.

Lieu

House of Training

Et après ?

Cette formation est proposée en collaboration avec la House of Training (HoT), l'Institut National de Développement Durable (INDR) et l'Institut Luxembourgeois de la Qualité de Vie Travail (ILQVT).



HOUSE OF
TRAINING



INSTITUT NATIONAL POUR LE DÉVELOPPEMENT DURABLE
ET LA RESPONSABILITÉ SOCIALE DES ENTREPRISES