

# Prévention des risques liés au travail sur écran

Adoptez les bonnes pratiques pour prévenir les risques liés au travail sur écran !

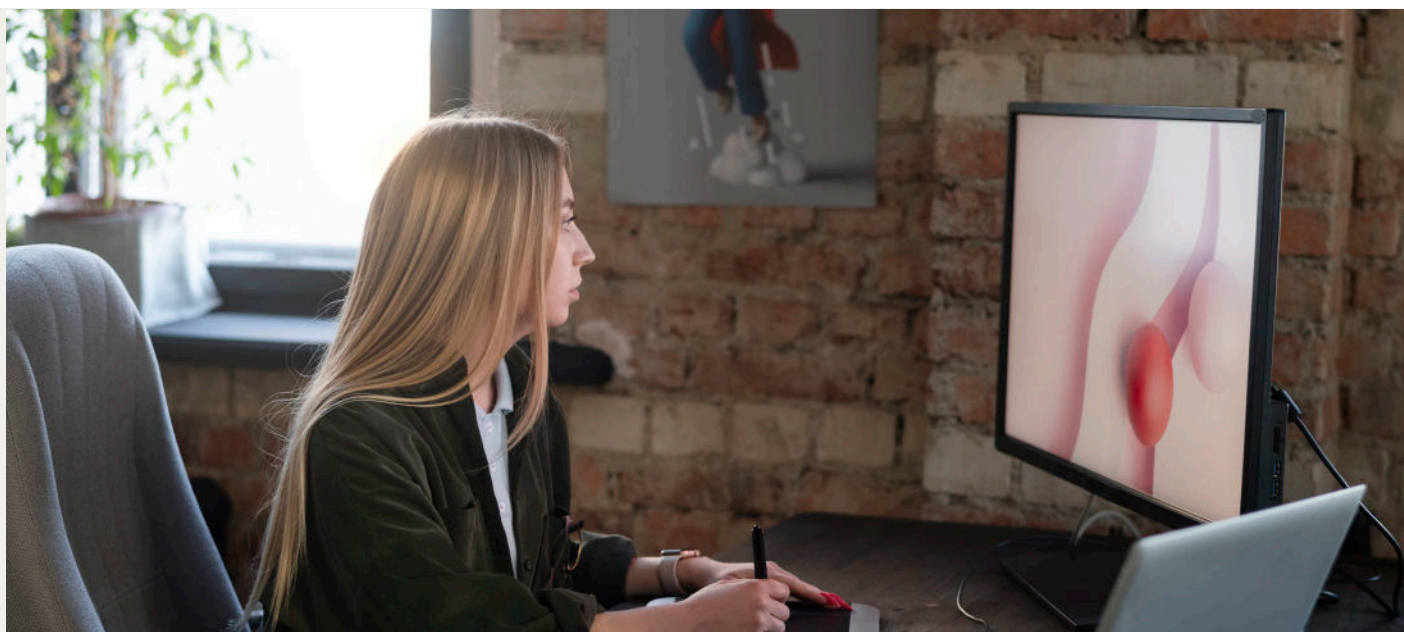
🛡️ Financement personnel

📖 Sans niveau spécifique

🏠 À distance

Tous nos conseillers sont des professionnels de la formation, dédiés à 100% à IFCDIS.

Ils vous accompagnent sur l'ensemble de votre processus de recherche, d'inscription et de financement de votre formation.



## La formation

### Vous serez capable de :

- ✓ Connaître les risques et impacts du travail sur écran, les risques et les effets physiques ainsi que les effets sur la santé
- ✓ Installer un poste de travail ergonomique et adapté
- ✓ Optimiser l'aménagement de son espace de travail
- ✓ Adopter les gestes et postures les plus appropriés
- ✓ Choisir les équipements essentiels pour un confort optimal
- ✓ Revenir aux bonnes pratiques pour un travail en toute sérénité

### Contenu

- ✓ Implantation du poste de travail
- ✓ Aménagement du poste de travail
- ✓ La posture de travail
- ✓ Organisation du temps de travail
- ✓ Les équipements portables
- ✓ Pratiquer une activité physique
- ✓ La fatigue visuelle
- ✓ Le stress
- ✓ Les Troubles Musculosquelettiques



Scanner ce QR code pour obtenir plus de détails sur le contenu de la formation

Intéressé•e ? Contactez-nous !

05 62 14 45 67 | [contact@ifcdis.fr](mailto:contact@ifcdis.fr) | [ifcdis.fr](http://ifcdis.fr)



## À qui s'adresse la formation ?

### Tout public

Ouverte aux personnes en situation de handicap

### PRÉREQUIS

Maîtriser les savoirs de base

### CERTIFICATIONS

Attestation de fin de formation

## Détails pratiques

### LIEU

À distance

### DURÉE

30 minutes

### DÉMARRAGE

Commencez votre formation à tout moment de l'année

## Financement

### PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE COMPÉTENCES

Pour les entreprises de moins de 50 salariés. Financement possible en fonction de la branche professionnelle qui fixe les critères de prise en charge

### FINANCEMENT PERSONNEL

Sur devis

## Modalités

### PÉDAGOGIQUES

Séances à distance

### TECHNIQUES

Modules de formation et ressources pédagogiques en ligne accessibles sur notre plateforme (connexion internet requise)

### ÉVALUATIONS

Évaluation du déroulement de l'action  
Évaluation des acquis de la formation



Scanner ce QR code pour  
obtenir plus de détails sur  
le contenu de la formation

CO 06 DOC 04 L

**Intéressé•e ? Contactez-nous !**

05 62 14 45 67 | [contact@ifcdis.fr](mailto:contact@ifcdis.fr) | [ifcdis.fr](http://ifcdis.fr)