



# Prévention des risques liés au travail sur écran

## PRP – F0012

### Durée

4 heures

### Dates

#### **CHU SUD :**

- 03/02/22
- 05/05/22
- 25/08/22
- 20/10/22

#### **CHU NORD :**

- 03/03/22
- 09/06/22
- 08/09/22
- 17/11/22

### Publics

Tout professionnel travaillant sur écran

5 personnes minimum /  
10 maximum

### Tarif

#### **Employeur – OPCO :**

250€/personne

#### **Auto financement :**

200€/personne

#### **Groupe :**

2 500€

### Modalités d'inscription

Voir bulletin d'inscription

### Lieu

CHU SUD ou CHU NORD

### Prérequis

- Venir avec les photos de son poste de travail et environnement
- Venir en vêtements et chaussures adaptés pour les exercices de port de charges

### Objectifs pédagogiques

- Connaître le fonctionnement des articulations, de la physiologie de l'œil
- Identifier les facteurs à risque pour la santé
- Adapter les réglages à son poste de travail en vue de préserver sa santé
- Effectuer les gestes protecteurs pour sa santé lors de manipulations d'objets
- Signaler les besoins d'aménagement nécessaires à la préservation de sa santé

### Contenu

#### **Anatomie/physiologie :**

- Anatomie des articulations : colonne vertébrale et autres articulations, poignet, cou, épaule
- Physiologie de l'œil
- Fonctionnement de l'oreille

#### **Les risques sur la santé :**

- Les TMS (Troubles Musculosquelettiques)
- Les facteurs d'ambiances : éclairage, bruit, pollution, température et humidité
- Le rôle du stress
- Les maladies professionnelles reconnues pour le travail du bureau

#### **S'installer à son poste :**

- Effectuer les réglages
- Adopter les « bonnes postures » et les bons gestes à son poste et en dehors
- Aménager son poste de travail et son environnement
- Recommandations ergonomiques sur le matériel
- Effectuer les bons gestes de port de cartons de feuilles, prises au sol, ou dans les armoires

#### **Indicateur de suivi 2021 :**

Taux de satisfaction : 100%

Taux de réussite : 100%

Nb de stagiaires : 8

#### **Contact et inscription**

0262 35 91 39

✉ formationcontinue.drh@chu-reunion.fr



# Prévention des risques liés au travail sur écran

## PRP – F0012

### Durée

4 heures

### Dates

#### **CHU SUD :**

- 03/02/22  
- 05/05/22  
- 25/08/22  
- 20/10/22

#### **CHU NORD :**

- 03/03/22  
- 09/06/22  
- 08/09/22  
- 17/11/22

### Publics

Tout professionnel travaillant sur écran

*5 personnes minimum /  
10 maximum*

### Tarif

#### **Employeur – OPCO :**

250€/personne

#### **Auto financement :**

200€/personne

#### **Groupe :**

2 500€

### Modalités d'inscription

Voir bulletin d'inscription

### Lieu

CHU SUD ou CHU NORD

### Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques
- Utilisation de la grille d'autodiagnostic fournie pour analyser son poste et signaler les risques et besoins
- Exercices physiques de port de charges
- Recherche de pistes d'amélioration

### Atouts

- Des outils concrets et des pistes de réflexion pour prévenir les risques liés au travail sur écran
- Dispensée par un ergonomiste
- Personnalisation de l'aménagement du poste de travail

### Intervenants

Psychologue du travail, ergonomiste

#### Indicateur de suivi 2021 :

Taux de satisfaction : 100%

Taux de réussite : 100%

Nb de stagiaires : 8

#### Contact et inscription

☎ 0262 35 91 39

✉ [formationcontinue.drh@chu-reunion.fr](mailto:formationcontinue.drh@chu-reunion.fr)