



FORMATION

Travailler de manière ergonomique sur écran

Via une formation intensive, Mensura vous propose, ainsi qu'à vos collaborateurs, un aperçu détaillé des principaux principes ergonomiques du travail sur ordinateur. Les participants reçoivent également des informations complètes sur l'apparition des lésions et autres traumatismes dus à une surcharge. Ils apprennent quelle est la méthode de travail la moins contraignante pour éviter les douleurs. En effet, une bonne position de travail et un aménagement adéquat du poste de travail permettent de prévenir de nombreux problèmes de santé.

Pourquoi ?

Un travail de longue durée sur écran peut causer des troubles importants, comme par exemple des problèmes au dos et aux poignets ou une fatigue visuelle. En tenant compte d'un certain nombre de principes ergonomiques, vous pouvez éviter ces problèmes. Vous augmentez ainsi la productivité de vos collaborateurs et réduisez l'absentéisme pour cause de maladie.

Pour qui ?

Une formation « Travailler de manière ergonomique sur écran » est utile pour toutes les entreprises où des employés travaillent de façon intensive devant un écran. La formation est à conseiller au personnel qui travaille sur écran, mais également aux conseillers en prévention qui souhaitent affiner leurs connaissances sur le sujet.

Comment ?

Mensura propose une formation de **quatre heures** à des groupes de **maximum douze personnes**. La formation a lieu dans un local de formation de Mensura.

• Contenu

– Théorie

- maux liés au travail sur écran ;
- aperçu détaillé des (sur)charges de travail ;
- conseils pour l'aménagement du poste de travail ;
- information sur les mouvements corporels et le travail sur écran.

– Pratique

- simulation de position et d'aménagement corrects dans le local de formation ;
- apprentissage d'exercices d'étirement.

• Outils

- matériel didactique / présentation PowerPoint ;
- matériel spécifique pour les exercices de simulation ;
- un manuel pratique pour chaque participant.

Résultat

Vos collaborateurs reçoivent des conseils concrets pour travailler de manière plus ergonomique. Cela est bénéfique à leur santé et leur productivité. En donnant à vos collaborateurs l'occasion de participer à cet atelier, vous contribuez au bien-être au travail, favorisez un climat de travail positif et réduisez les risques d'absentéisme répété liés aux arrêts de travail.

Cadre légal

- Arrêté royal du 27 août 1993 relatif au travail sur des équipements à écran de visualisation (M.B. 7.9.1993).
- Loi du 4 août 1966 portant sur le bien-être des collaborateurs dans l'exécution de leur travail.
- Arrêté royal du 28 mars 1998 relative à la politique en matière de bien-être.
- Arrêté royal du 24 avril 2014 relatif au travail sur des équipements à écran de visualisation.