

Travail sur ordinateur et smartphone

Parcours e-learning

FORMACODE : 42889

OBJECTIFS

Sensibiliser les collaborateurs aux TMS liés à l'utilisation des outils numériques (ordinateurs, tablettes, smartphones).
Identifier les erreurs posturales et les corriger.
Apprendre les principes de base pour maintenir une bonne posture assise et debout dans tous les environnements.

TYPE DU PUBLIC

Personnels intervenant sur écrans.

PRÉREQUIS

Aucun niveau de connaissance préalable n'est requis pour suivre cette formation.

PREREQUIS D'ENVIRONNEMENT INFORMATIQUE

1 Mbps
JavaScript activé sur le navigateur
Résolution d'affichage : 1024 x 768 minimum
Avoir installé Google Chrome 48 minimum
S'équiper d'un casque.

PÉDAGOGIE

OUTILS ET MOYENS

- > **Méthodes pédagogiques**
Module e-learning
Exercices d'entraînement non sanctionnant et/ou quiz final de type QCU/QC (évaluation des connaissances).
Données de suivi de la plateforme (nombre et temps de connexion), score au quiz final.
- > **Moyens techniques**
E-learning sur plateforme dédiée avec accès par code individuel.
- > **Accompagnement pédagogique et technique**
Encadrement par le Référent pédagogique ou, à défaut, le Référent technique.
Compétences du Référent pédagogique : Expert métier / Formateur.
Compétences du Référent technique : Administrateur du LMS.
Délai d'assistance : immédiate ou, à défaut, sous 48 h.

ÉVALUATION

- > L'évaluation des acquis théoriques est réalisée en fin de formation et permet la génération d'un certificat de réussite nominatif téléchargeable et envoyé par mail à l'apprenant.

CONTENU

THÉORIE

- > Objectifs de la formation
- > Définition des TMS

FORMATION

- > Position assise avec plan de travail
- > Position assise sans plan de travail
- > Debout avec et sans plan de travail
- > Gestes et postures en voiture
- > Les bonnes postures
- > Conclusion
- > Quiz d'évaluation final

MODALITÉS

Durée estimée : 45 mn.

Prix : nous consulter.