

FIWGESQ

## Les bons gestes de la vie quotidienne

### Parcours e-learning

FORMACODE : 15038

#### OBJECTIFS

Se familiariser avec les origines du mal de dos, les gestes et postures à adopter ou à éviter dans une perspective d'économie d'efforts.

#### TYPE DU PUBLIC

Toute personne qui souhaite comprendre l'apparition du mal de dos et savoir comment l'éviter.

#### PRÉREQUIS

Aucun niveau de connaissances préalables 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

- > Chapitre 1 : Audrey
- > Chapitre 2 : Notions pour comprendre
- > Chapitre 3 : Patrick
- > Chapitre 4 : Qu'observons-nous ?
- > Chapitre 5 : Tranches de vie
- > Chapitre 6 : Flash information
- > Chapitre 7 : Tests
- > Chapitre 8 : Audrey et Patrick

#### MODALITÉS

**Durée estimée** : 15 minutes.

**Prix** : nous consulter.