

PRÉVENTION DES TMS : INSTALLATION AU TRAVAIL SUR ECRAN



	TYPOLOGIE	Présentielle		DURÉE	1/2 journée (9h00-12h30) 3 heures
	PUBLIC VISÉ ET PRÉREQUIS	Tout agent hospitalier PM et PNM		NOMBRE DE PARTICIPANTS MAXIMUM	12
	LIEU	Centre Hospitalier de Versailles 177 rue de Versailles 78150 Le Chesnay		TARIF	Sur devis
DATES 2026					
	SESSIONS	PERIODE	DATES		
	Session 1	Avril	9		
	Session 2	Juin	18		
	Session 3	Novembre	19		

RÉSUMÉ ET POINTS FORTS

Cette formation vise à **sensibiliser et former le personnel aux bonnes pratiques ergonomiques** pour prévenir les **troubles musculo-squelettiques (TMS)** et autres problèmes de santé liés au **travail sur écran**. Elle permet aux participants de **devenir acteurs de la prévention**, d'identifier les **risques professionnels**, et d'adopter des **postures adaptées** pour **améliorer le bien-être au travail**.

Points forts de la formation :

- **Approche pratique et interactive** avec **des situations cliniques** pour ancrer les savoirs.
- **Intervenants experts** : ergonome et infirmière de santé au travail expérimentée.
- Focus sur la **prévention et la qualité de vie au travail (QVT)**.
- Adaptation des **bonnes pratiques** à l'**environnement réel** de travail.
- **Rappel réglementaire** et intégration des notions de **santé et sécurité**.

COMPÉTENCES VISÉES

- En situation professionnelle, les apprenants seront capables **d'identifier les effets du travail sur écran (TMS, fatigue visuelle, douleurs)**, d'en mesurer l'impact sur la santé et **d'adopter les bonnes pratiques ergonomiques** pour prévenir les risques professionnels.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier et prévenir les risques professionnels liés au travail sur écran.
- Comprendre la notion de prévention et son importance en santé au travail.
- Reconnaître les signes de fatigue et les effets des postures inadaptées.
- Maîtriser les bonnes postures et l'aménagement ergonomique du poste de travail.
- Devenir acteur de la prévention pour améliorer la qualité de vie au travail.

THÈMES ABORDÉS

1- Réglementation en matière de santé et sécurité au travail

- Rappel des principales réglementations et obligations.

2- Notion de prévention au travail

- Définition et importance de la prévention au travail.

3- Identification des situations à risque

- Identification des activités propices au développement de douleurs et de TMS.

4- Fonctionnement du corps humain

- Notions d'anatomie, de physiologie et de pathologie.
- Compréhension de la charge musculaire statique.
- Notion de fatigue physique, musculaire et articulaire.

5- Maitrise de bonnes postures de travail

- Effets et signes de fatigue liés au travail sur écran.
- Bonnes postures devant un poste de travail avec écran.
- Aménagement de l'espace et des outils de travail pour limiter l'exposition aux TMS.

ÉVALUATION

Évaluation de la satisfaction :

- Questionnaire de fin de formation
- Questionnaire à distance (6 mois après la formation)

Évaluation des connaissances :

- Questionnaire de pré acquisition
- Questionnaire de fin de post acquisition

FORMATEURS

Natacha MANSON, psychologue du travail, ergonome

Agliane MAHE, infirmière de santé au travail

Accès pour personnes en situation de handicap :

Nous invitons les personnes en situation de handicap à contacter l'organisme de formation afin de définir, ensemble, les aménagements nécessaires pour garantir des conditions adaptées à leurs besoins.



Modalités d'inscription :

- Pour les professionnels exerçant hors du CHV :
→ ldailoux@ght78sud.fr
- Pour les professionnels exerçant au CHV :
→ inscription via gestform
→ renseignements atoureau@ght78sud.fr