

TMS – Travail sur écrans

Activité physique et TMS

Modalité
E-learning

Public :
Tous les salariés

Durée :
35 min

Les objectifs clés

Comprendre les principaux facteurs de risque de TMS associés au travail sur écrans

Mettre en place les techniques et les bonnes pratiques ergonomiques pour aménager son poste de travail

Appliquer les principes de base de l'ergonomie des équipements informatiques

Comprendre l'importance des pauses régulières et des exercices d'étirements pour réduire la fatigue musculaire et prévenir les TMS

Contenu de la formation

- Introduction
- Poste de travail
- Équipements informatiques
- Gestion du temps
- Évaluation

Les atouts pédagogiques de nos E-learning

- Interactivité avancée
- Autonomie et flexibilité
- Contenu Rich Media
- Exercices et évaluations

Choisissez le mode de déploiement

adapté à vos contraintes et installations

En ligne sur 2J Learning

Profitez d'une plateforme adaptable à tout appareil. Où que vous soyez, notre contenu est toujours à portée de main.

En ligne sur votre LMS

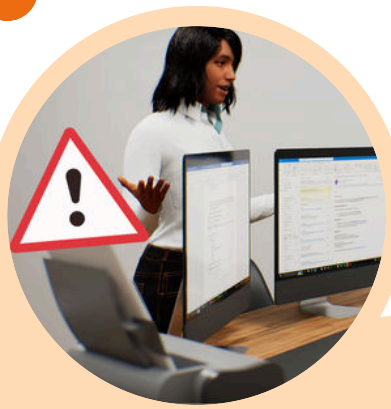
Notre contenu, conforme au standard SCORM, est prêt à être intégré à n'importe quelle plateforme LMS.

Autoformation Hors-ligne

Le module est téléchargé en amont sur un ordinateur ou un réseau local pour une utilisation sans internet.







Une équipe à votre écoute

www.2jprocess.com

+33 (0)4 42 90 80 06

contact@2jprocess.com