



ERGONOMIE

Travail sur écran : êtes-vous bien installé ?



Objectifs

- Aménager son espace de travail de manière ergonomique
- Devenir référent de son entreprise



Programme

- Ergonomie du poste de travail sur écran
- De la théorie à la pratique :
 - Adapter son poste à ses besoins
 - Atelier pratique sur un bureau fictif
 - Exercice de détente visuelle
 - Echauffement / étirement
 - S'approprier la boîte à outil
 - Questions / conclusion



Public concerné

- Tout public travaillant sur écran



Intervenants

- Technicien HSE
- Infirmier-ère en santé au travail



Inscription & informations

Sadia Agrare : 02 76 08 12 11

Mail : formations@amsn.fr

Inscription : [amsn.fr / Travail écran](https://amsn.fr/Travail%20écran)