



Ref : MAN026

PREVENTION DES RISQUES LIES AU TELETRAVAIL

Connaître les risques liés au télétravail afin de mieux les prévenir



Public

Toute personne concernée par le télétravail



Participants

Jusqu'à 10 personnes



Intra

Dans vos locaux,
selon vos disponibilités



Prérequis

Aucun



Durée

3h30



Distanciel

Cette formation est
réalisable à distance

- ✓ Connaître les dangers et les effets sur la santé liés au télétravail
- ✓ Implanter correctement un poste de travail domestique afin d'éviter les TMS
- ✓ Mettre en place les mesures de prévention au niveau matériel et organisationnel pour prévenir les risques

Programme

CONTEXTE

Définitions
Obligations réglementaires
Avantages/inconvénients
Enjeux de la prévention

LES RISQUES PHYSIQUES

Travail sur écran (fatigue visuel, TMS...)
Electrique
Chute de plain-pied
Matériel

LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Gestion du temps (professionnel/personnel)
Isolement social et professionnel
Stress
Conduite addictive

MESURES DE PREVENTION

Ergonomie et implantation du poste de travail
Postures à privilégier/à éviter
Environnement du poste de travail
Organisation du travail
Règles de sécurité domestique
Hygiène et qualité de vie
Information et communication

EXERCICES PRATIQUES

Exercices d'échauffement
Exercices de soulagement articulaire, musculaire et visuel
La pause active

Méthodes pédagogiques

Formation participative, apports théoriques, échanges, partage d'expériences, vidéos, exercices et mises en situation adaptés à l'activité des participants.

Matériel pédagogique

Vidéoprojecteur, matériel et postes de travail de l'établissement...

Intervenant

Formateur spécialiste en prévention des risques et en ergonomie

Evaluation et validation

Evaluation théorique (QCM)
Délivrance d'un certificat de réalisation

Périodicité de recyclage

Une périodicité de 24 mois pour l'actualisation de la formation est préconisée.

Support remis aux stagiaires

Des supports dématérialisés sont remis aux stagiaires

Références réglementaires

Article L4121-1 et R4542-16 du code du travail

Les + NEOMIS

- + Exercices et mises en situation adaptées à l'activité des participants
- + Pédagogie interactive et participative
- + Formateur expérimenté

98,3 % Taux de satisfaction
stagiaires



Notre engagement qualité



La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION