

Formation Gestes et Postures Travail sur écran

Durée : pour chaque salarié, 10 minutes
individuelle par semaine pendant
6 semaines en visioconférence



PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne – sans aucune restriction, y compris les personnes en situation de handicap* – dont la santé physique peut être impactée par le travail.
Cette formation peut être dispensée aux salariés au bureau ou en télétravail.

OBJECTIFS

Comprendre et agir contre les risques de TMS
Apprendre à utiliser les gestes et postures adaptés aux contraintes réelles
Apprendre à les utiliser au quotidien

PÉDAGOGIE

Parcours de prévention personnalisé en lien direct avec le travail des stagiaires
Apprentissage par répétition et sur un temps long
Ancrage de nouvelles habitudes

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Remise aux stagiaires d'un livret réalisé sur site à l'issue de la formation
Réalisation de vidéos pédagogiques à la demande

INTERVENANTS

Ergonome, coach sport-santé et consultant ZC Santé

VALIDATION

Validation hebdomadaire des acquis lors de l'échange avec le coach

TARIFS

À partir de 250 euros HT par salarié (en fonction des options)

Mise à jour : 30 novembre 2022



PRÉREQUIS

Aucun



EFFECTIFS

À partir d'un salarié



MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Formation possible à tout moment de l'année à compter de la signature du devis

Pour plus d'informations et pour un devis personnalisé :

✉ contact@zcsante.com

☎ 06 76 29 51 01

zcsanté
à chacun sa prévention