



# *Ergonomie du Travail sur écran*

## *Informations / recommandations*

### **Public**

Personnes désirant s'informer sur la prévention des troubles liés au travail sur écran et/ou recherchant les possibilités d'aménagement de leur poste de travail informatique

### **Prérequis**

Aucun

### **Objectif**

Connaître les principales recommandations ergonomiques pour l'aménagement d'un poste de travail informatique, afin de prévenir les troubles liés au travail sur écran : mal de dos, troubles visuels et troubles musculo-squelettiques

### **Intervenant**

Intervenants en Santé au Travail

### **Méthodes pédagogiques**

Exposé directif, études de cas

### **Lieu**

CMSM  
8 rue Montesquieu - 1er étage  
75001 PARIS

OU, sur demande, en intra-entreprise (modalités à définir avec l'intervenant)

### **Durée**

1 h 30

### **Nombre de participants**

Minimum : 4  
Maximum : 10

### **Tarif**

Compris dans la cotisation annuelle

### **Contact**

Marie DE GRAEVE - 01 42 61 56 18  
sessionsinfo@cmsm.fr

## **Programme**

- **Réglementation et principales recommandations liées au travail sur écran : éclairage, réglages du siège, installation des divers éléments du poste, ...**
- **Information sur les principaux troubles liés au travail sur écran : fatigue visuelle et troubles musculo-squelettiques : mal de dos et membres supérieurs**
- **Études de cas**