

# IMPLANTATION AU POSTE INFORMATIQUE EN TELETRAVAIL

Formation Ouverte A Distance & Blended

**Public :** Toute personne susceptible de travailler sur l'évaluation des risques professionnels ou sur le document unique

**Prérequis :** Une bonne connexion internet - Un ordinateur équipé d'un micro et si possible d'une caméra

**Positionnement :** Aucun

## Objectifs généraux de la formation

Le télétravail  
L'ergonomie  
L'espace de travail  
Les risques TMS

## Programme

### 1. LE TELETRAVAIL

#### Connaissances enseignées :

- Qu'est ce que c'est ?
- Son environnement de travail
- Le personnel et le professionnel

### 2. LES RISQUES

#### Connaissances enseignées :

- Les contraintes posturales
- Les limites d'une mauvaise ergonomie

### 3. LES DOULEURS ET LEURS SOLUTIONS

#### Connaissances enseignées :

- Les douleurs et maux
- Les causes possibles
- Les solutions envisageables et les bonnes pratiques d'installation
- Les exercices de relaxation

### 4. ANALYSE DE L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

#### Connaissances enseignées :

- Etude des photos au cas par cas
- Retour d'expériences

## METHODE PEDAGOGIQUE

Notre offre commerciale à distance se fait au travers de la **FOAD** (Formation Ouverte A Distance), car nos dispositifs combinent plusieurs modalités distancielles (e-learning et classe virtuelle)

Notre démarche FOAD et classes virtuelles :

Transmission d'une procédure de connexion à notre plate-forme EASI contenant les tutoriels pour se connecter.

Assistance pédagogique :

- Accueil et prise en main des outils : tutoriel en début de formation
- En cours de formation : forum mis à disposition du stagiaire pour communiquer par écrit avec le formateur référent
- Synchrones : calls, échanges téléphoniques en groupe ou individuel avec le formateur référent en début de séance pour bilan et avancée dans la formation.

Pour les modules en E-learning, les stagiaires devront être équipés d'un ordinateur avec connexion internet, micro, casque ou haut-parleurs.

Mise à disposition de documentations, outils, fiches d'aide, partages d'expériences

Une ½ journée en e-learning avec quizz et exercices en autonomie.

Une ½ journée d'échange en classe virtuelle avec le formateur.

## DUREE

**Durée : 7 Heures**

**Lieu :** - A distance pour tous les modules E-LEARNING et classes virtuelles.

- Au Pôle Formation UIMM pour les modules en présentiel

## EVALUATION DES ACQUIS

Attestation de fin de stage

## NOMBRE DE STAGIAIRES / SESSION

Individuel en E-learning

Mini : 3 / Maxi : 6 en classe virtuelle

**VO-2020**