

Ergonomie - travail sur ordinateur et santé

Le programme Travail sur ordinateur comprend les plus récentes méthodes reconnues pour prévenir les risques pour la santé lorsqu'on travaille sur ordinateur. Cette vidéo couvre les mesures simples à prendre pour s'assurer que l'environnement de votre personnel est sécuritaire. Il souligne l'importance d'appliquer les principes d'ergonomie lors de l'aménagement du poste de travail et les liens importants entre ces trois éléments. Cette vidéo s'avère un outil idéal pour apprendre comment prévenir les troubles relatifs au travail sur ordinateur.

(Durée: 16 minutes) **Dupont**. #26-S420-EUR 495 \$

Les principes de l'ergonomie au bureau

Ce programme offre une formation ergonomique destinée au personnel de bureau. En appliquant les principes de l'ergonomie au bureau, les employés peuvent réduire au minimum le stress causé par l'accomplissement de chaque tâche au travail. Il suffit de prendre conscience de la position du corps et de ses mouvements afin de réaliser des tâches quotidiennes dans un confort relatif, tout en réduisant le risque de blessure. Le programme couvre :

- des habitudes de travail sécuritaires
- des étirements et des activités pour réduire la tension
- des principes ergonomiques
- de simples solutions pour ajuster le poste de travail afin de réduire l'inconfort et le risque de blessure.

(Durée: 14 minutes)

CLMI #39-POE-F-DVD 395 \$

Ergonomie - prévenir les surcharges physiques

Ce programme présente les informations que tous les employés doivent connaître, afin de travailler de façon plus sécuritaire et plus intelligente.

- Introduction aux TMS
- Comment réduire les mouvements répétitifs
- Bonne posture
- Tension

(Durée: 12 minutes) **Dupont**

#26-S179-EUR 495 \$

