

> Le bureau, l'ordinateur et vous



Objectifs :

- Prévention des contraintes physiques et mentales du travail de bureau
- Adaptation du poste de travail selon les critères ergonomiques
- Identification des troubles spécifiques du travail sur écran



Public :

- Personnel administratif



Contenu :

- Éléments de connaissance de la colonne vertébrale et de ses pathologies
- L'ergonomie du poste de travail
- Aménagement de son poste de travail

Intervenant :

Kinésithérapeute

Durée :

2 jours

Prix nets :

en inter-entreprises : 350 € par stagiaire
en intra-entreprises : nous consulter