

CYCLE DE FORMATION SPECIAL TELETRAVAIL

ERGONOMIE & CADRE DE TRAVAIL



Contexte : l'explosion du télétravail

La période de confinement récente a instauré le télétravail comme mode de fonctionnement durable pour de nombreux salariés. Néanmoins beaucoup ont du improviser un espace de travail précaire et peu adapté à une utilisation intensive.

Satisfaire vos salariés pour une meilleure performance en télétravail

Si la majeure partie des salariés sont prêts à continuer à télétravailler, un tiers d'entre eux se disent cependant insatisfaits de leur cadre de travail (enquête ANACT – avril 2020). Disposer d'un poste de travail fonctionnel et ergonomique constitue leur principale attente.

Veiller à la santé de vos salariés en télétravail

Selon l'article R4542-16 du Code du Travail, l'employeur doit assurer l'information et la formation des travailleurs sur les modalités d'utilisation de l'écran et de l'équipement de travail quelque soit son lieu de travail.

Ce que nous vous proposons :

Un cycle de formation-action à distance qui donne des solutions opérationnelles à chacun de vos collaborateurs

- Une formation initiale sur l'ergonomie, en 2 phases : collective et individuelle
- 2 modules complémentaires en option pour passer à l'action :
 - Aménagement et décoration de l'espace de travail
 - Assistance au choix des équipements pour concilier design, ergonomie et fonctionnalité



Formation collective
+ accompagnement individuel

TELETRAVAIL ET ERGONOMIE

Personnes en télétravail



En partenariat avec

Vicariance
Santé & Performance au travail

PREREQUIS : aucun

DUREE : 1 h en collectif
+ 30 mn en individuel en
visioconférence

LIEU : formation à distance

MODALITES PRATIQUES:

- Apports théoriques et pratiques à travers des exercices, études de cas, échanges et retours d'expériences.

- Validation des acquis à partir d'un quizz et des modifications de posture au poste de travail

LES POINTS FORTS :

- Une formation concrète sur l'ergonomie du poste de travail

- Des conseils personnalisés à chaque collaborateur.

TARIF : nous consulter

OBJECTIFS:

- Acquérir les notions du fonctionnement du corps humain au regard du travail sur écran
- Connaître les principaux risques liés au travail sur écran
- Observer et analyser sa situation de travail en s'appuyant sur le fonctionnement du corps humain
- Rendre le collaborateur acteur de sa prévention en adaptant ses postures de travail et l'aménagement de son poste

CONTENUS:

TEMPS COLLECTIF (groupes de 8 personnes) :

- Apports de connaissances sur les TMS
- Principes de fonctionnement du corps au regard de chaque outil de travail / illustration à partir d'idées reçues
- Zoom sur le réglage des outils, l'utilisation des raccourcis clavier et de son bureau virtuel
- Cas pratiques: cherchez l'erreur (à partir d'illustrations)
- Analyse de l'aménagement de son poste de travail
- Apports complémentaires : nutrition, hydratation et détente musculaire.

ACCOMPAGNEMENT INDIVIDUEL :

- L'analyse du poste de télétravail (environnement, outils utilisés, espace virtuel de travail) à partir d'échanges et de photos envoyées par l'apprenant ou de visio-conférence
- Proposition de modification (dans la limite des possibilités)
- Synthèse des besoins complémentaires par poste de travail envoyée à l'entreprise (en cas de formation intra-entreprise)

bloominside

L'épanouissement commence par un bon environnement

Contactez-nous :

contact@bloom-inside.com

+33 (4) 37 26 95 55

www.bloom-inside.com

37 rue Saint-Simon 69009 LYON

Formation en
accompagnement individuel

AMENAGEMENT ET DECORATION ESPACE DE TELETRAVAIL

Personnes en télétravail



PREREQUIS : aucun

DUREE : 30 mn
accompagnement
individuel en visio

LIEU : formation à
distance

MODALITES PRATIQUES :

Avant la session,
questionnaire adressé au
collaborateur sur la
configuration de l'espace et
les goûts décoration

POINTS FORTS :

- L'accompagnement par un architecte d'intérieur
- Des conseils pratiques et personnalisés pour aménager et décorer l'espace de travail

TARIF : nous consulter

OBJECTIFS :

- Savoir optimiser son local pour disposer d'un espace de travail dédié
- Etre capable d'aménager son poste de télétravail en conciliant design, ergonomie et fonctionnalité
- Connaître les tendances déco pour mieux personnaliser son espace

CONTENUS :

A partir des photos et plans adressés à l'avance par le collaborateur :

- Propositions de configurations tenant compte de l'espace disponible
- Solutions d'aménagement et de rangement
- Idées de décoration personnalisées au goût du collaborateur (matériaux et couleurs)

LIVRABLE :

- Synthèse des propositions d'aménagement et décoration envoyée au participant (vue 3D et plan d'aménagement)

bloominside

L'épanouissement commence par un bon environnement

Contactez-nous :

contact@bloom-inside.com

+33 (4) 37 26 95 55

www.bloom-inside.com

37 rue Saint-Simon 69009 LYON

Formation en
accompagnement individuel

CHOISIR SON MOBILIER ET SA DECORATION

Personnes en télétravail



PREREQUIS : aucun

DUREE : 30 mn
accompagnement
individuel en visio

LIEU : formation à distance

MODALITES PRATIQUES:

Avant la session :

- Envoi d'un questionnaire au collaborateur pour identifier les besoins d'achats

LES POINTS FORTS :

- L'accompagnement par un architecte d'intérieur
- Une démarche inclusive permettant de passer à l'action
- Une liste d'équipements personnalisée et conforme à la charte achats de l'entreprise

TARIF : nous consulter

OBJECTIFS :

- Comprendre les critères de choix d'un matériel performant (ergonomie, durabilité...)
 - Mobilier de bureau
 - Eclairage
 - Rangements
 - Autres équipements pour le télétravail
- Savoir choisir le mobilier et la décoration en fonction de ses besoins de confort et de ses goûts
- Tenir compte des critères d'achat de l'entreprise (charte RSE, achats durables, économie circulaire...)

CONTENUS:

Sur la base des sessions précédentes (ergonomie, aménagement) :

- Cahier des charges pour l'achat des différents équipements souhaités par le collaborateur en synergie avec la politique de l'entreprise
- Etablissement de la shopping list

LIVRABLE :

- Envoi de la shopping list

bloominside

L'épanouissement commence par un bon environnement

Contactez-nous :

contact@bloom-inside.com

+33 (4) 37 26 95 55

www.bloom-inside.com

37 rue Saint-Simon 69009 LYON