

Le bien-être des yeux devant l'écran

Referenz: SEC129

Kategorien: SICHERHEIT

Unterkategorien: Gesundheit

SPRACHE(N):



EN FR

DAUER:

3 STUNDE(N)

SCHULUNGSEINRICHTUNG :

WELLBEING AT WORK

ZIELE

Identifier les moments de difficulté pour les yeux devant l'écran

Explorer les techniques naturelles de bien-être des yeux

Pratiquer les techniques de bien-être des yeux et voir clair naturellement

Personnes concernées :

Travailleurs devant un écran

INHALT

Identifier les moments de difficulté pour les yeux devant l'écran

Identifier les postures et comportements à risques

Explorer les techniques de bien-être pour les yeux

Combattre la fatigue oculaire

Déduire la théorie après la pratique

PÄDAGOGIK

Exposé théorique, illustrations pratiques, échanges d'expériences

ANFORDERUNGEN

Es gibt keine Voraussetzungen für dieses Schulung

Cette formation est disponible en formule intra-entreprise