

# INITIATION A LA BUREAUTIQUE

REF. B01 INI - 1 jour (7 heures)

**OBJECTIFS** : Assurer le progrès permanent au poste de travail.  
Supprimer, grâce à l'organisation, les gestes inutiles, et les opérations sans valeur ajoutée.

Sessions en 2016  
à Paris :  
Inter sur demande  
Intra

Public :  
Tout public

Prix : 270 €

Déjeuners :  
Offerts

## PROGRAMME

### 1 - Prise en main de l'environnement

- Introduction aux ordinateurs
- Que pouvez-vous faire avec un ordinateur ?
- Eléments d'un ordinateur
- Utilisation de la souris
- Utilisation de votre clavier

### 2 - Améliorer le poste de travail : pourquoi, comment ?

- La gestion de vos données sur disque et l'archivage de vos fichiers
- Le clavier, les raccourcis
- Savoir utiliser Winrar, Winzip

### 3 - L'ergonomie au service de la productivité

- Intégrer l'environnement du poste de travail :
  - les facteurs d'ambiance
  - les gestes et postures et la fatigue physique
  - Maitrise de la consommation du PC
- Utiliser l'ergonomie pour améliorer rapidement productivité et qualité en production.

**ATOMER**

Formation Continue - N° d'organisme de formation : 11 95 04 386 95  
Tél : +33 (0)6 52 34 17 63 / 01 39 84 15 87 / 09 63 21 44 25 - E-mail : contact@atomer.fr  
13, rue de la Coque F-95410 GROSLAY