

TRAVAIL SUR ÉCRAN

BROCHURE À DESTINATION DES EMPLOYEURS

Le travail sur écran peut être à l'origine de

- Fatigue visuelle : maux de tête, sécheresse oculaire, rougeurs, picotement des yeux, vision trouble...
- Troubles Musculo-Squelettiques (TMS): syndrome du canal carpien, épicondylite, cervicalgies, lombalgies...
- Troubles circulatoires au niveau des membres inférieurs.

Les causes peuvent être liées :

- A l'implantation, l'aménagement et l'équipement (table, siège,écran, souris... du poste de travail.
- A l'environnement de travail (bruit, éclairage, température ...).
- A l'organisation du travail
- Aux caractéristiques du salarié (âge, taille, pathologie préexistante...).

VOICI QUELQUES CONSEILS DE VOTRE SERVICE DE SANTÉ AU TRAVAIL

BROCHURE PREVENTION



CARACTÉRISTIQUES DU LOCAL

ESPACE DE TRAVAIL

- Respecter la surface minimale de 10 m²/personne, voire 15 m² en fonction de l'activité (communication...).
- Laisser un espace de dégagement derrière les postes de travail de 1,20 m ainsi que 0,80 m pour accéder au poste.
- Prévoir des câbles suffisamment longs pour permettre d'éventuelles modifications d'aménagement de poste et sécurisés (par des gaines).

ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

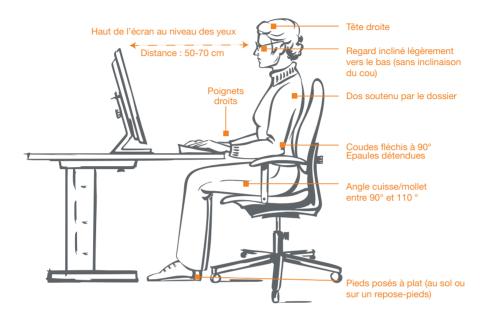
- Installer les postes dans un local disposant d'un éclairage naturel suffisant, à compléter par un éclairage artificiel.
- Décupler les commandes d'allumage des lampes par zones en fonction de leur distance aux fenêtres.
- Eviter une surface vitrée supérieure à 25% de la surface au sol.
- Prévoir des stores à lamelles horizontales, opaques et orientables.
- Favoriser les couleurs claires et mates pour les plafonds, les murs et les surfaces de travail.
- Maintenir un niveau d'éclairement entre 300 et 500 lux (entretien régulier des sources lumineuses),
- Respecter une humidité relative comprise entre 40 et 60% et une température comprise entre 20 et 24°C.
- Prévoir un renouvellement d'air de 25 m³/h par occupant et assurer la maintenance du système de ventilation.
- Implanter les postes de travail hors des zones de flux d'air.
- Respecter une ambiance acoustique inférieure à 55 décibels : isoler le matériel bruyant, insonoriser les locaux...



(www.box-cfst.ch/fr)

MESURES DE PRÉVENTION

FRGONOMIF ALL POSTE DE TRAVALL



EN FONCTION DES BESOINS. METTRE À DISPOSITION DES SALARIÉS

- Un porte-documents,
- Une lampe d'appoint,
- Un casque téléphonique,
- Un repose-pieds,
- Un support de surélévation pour ordinateur portable (ou écran additionnel) avec clavier et souris déportés,
- Des écrans de taille identique côte à côte en cas de travail sur double écran,
- Un support pour unité centrale, ... etc.



BESOIN D'INFORMATIONS COMPLÉMENTAIRES SUR LE SUJET ?

- Vous pouvez consulter sur internet les quides de l'INRS* ci-dessous :
- ED 922 : mieux vivre avec son écran ED 923 : Travail sur écran en 50 auestions
- ED 924 : écrans de visualisation
- ED 957 : les troubles musculo-squelettiques des membres supérieurs ED 23 : l'aménagement des bureaux, principales données ergonomigues ED 70 : Les sièges de travail Articles R4542-1 à R4542-19 du code du travail : prévention des risques liés au travail sur des postes munis d'écrans
- Norme AFNOR NF X35-102 : conception ergonomique des espaces de travail en bureau
- Norme AFNOR NF X35-121 : ambiance acoustique dans le cadre du travail administratif
- Brochure STProvence : Open Space Comment améliorer les conditions de travail

*INRS : Institut National de Recherche et de Sécurité

pas jeter sur la voie publique

« La présente brochure a pour vocation de délivrer des informations et conseils non exhaustifs. Elle n'a pas de valeur règlementaire»







N'hésitez pas à contacter votre médecin du travail. Il est votre conseiller pour les risques professionnels

