

## PC portable

Si l'utilisation du PC portable est prolongée, installer :

- un écran fixe et/ou un rehausseur,
- un clavier et une souris déportés.



## Casque téléphonique

À utiliser en cas d'appels fréquents : libère les 2 mains, permettant ainsi la saisie informatique :

- sans fil,
- binaural (2 écouteurs),
- avec décroché, mise en attente et réglage du volume depuis l'oreillette ou l'ordinateur.

## Porte document

Pour la saisie informatique de documents « papiers » :

- à placer entre le clavier et l'écran,
- réglable en hauteur et en inclinaison,
- coulissant en cas d'annotation de documents.



## Imprimante individuelle

Sortie des impressions à hauteur du plan de travail, à coté et à moins de 30 cm du salarié.

À noter que tout équipement doit être adapté à la morphologie du salarié. Il est important de tester le matériel avant achat.

Votre service de prévention et santé au travail peut vous conseiller sur l'aménagement des postes et l'achat de matériel.



# TRAVAIL SUR ÉCRAN

*Choix des équipements  
et aménagement des postes de travail*

©-COM-PL-043-V1-20210901

6 bis rue de la Saône  
CS 71104  
54 523 Laxou Cedex  
03 83 96 39 91

[www.alsmt.org](http://www.alsmt.org)

*Scannez-moi !*



# TRAVAIL SUR ÉCRAN

*Choix des équipements  
et aménagement des postes de travail*

# La prévention dès la conception et l'aménagement

Des oublis lors de la conception peuvent entraîner des conséquences sur les conditions de travail des salariés. C'est lors de l'élaboration du cahier des charges que les marges de manœuvre sont les plus importantes.

En effet, après livraison d'un local, il est souvent impossible de modifier le positionnement des prises électriques et informatiques ou des climatiseurs par exemple sans engendrer des coûts financiers élevés.



## Ambiance lumineuse

- Lumière naturelle et vue sur l'extérieur.
- Stores à lamelles horizontales et orientables (intérieurs et/ou extérieurs).
- Luminaires de chaque côté du poste de travail en éclairage direct.
- Éclairage homogène du plan de travail, adapté à l'activité de travail et à l'âge.
- Écrans perpendiculaires aux fenêtres. Ne pas les placer face à un mur ou face/dos à la fenêtre.



## Ambiance sonore

- Niveau sonore recommandé : inférieur à 55 dB(A).
- Matériaux isolants et absorbants au niveau des murs et du plafond.
- Équipements bruyants (photocopieur ...) dans un local annexe.
- Sensibilisation du personnel aux contraintes acoustiques : charte de bonnes pratiques.

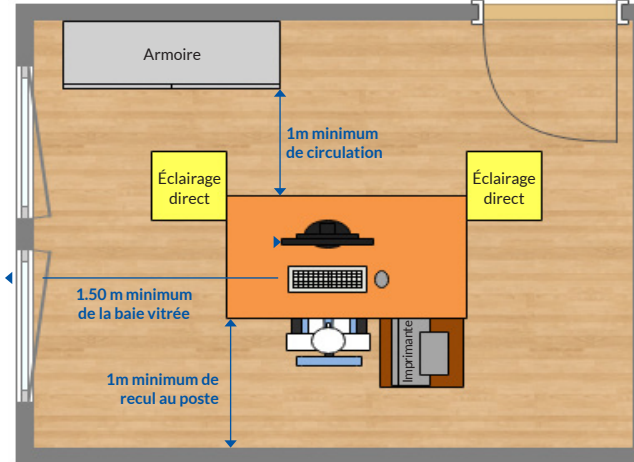


## Ambiance thermique

- Une température sèche de l'air comprise entre 21° et 26° en été comme en hiver.
- Humidité relative : 40 à 70%.
- Vitesse de l'air : 0,25 m/s en été et inférieur à 0,15m/s en hiver. Éviter les courants d'air (bouche de climatisation)

## Espace de travail

- 10m<sup>2</sup> minimum pour un bureau individuel
- 11m<sup>2</sup> par personne pour un bureau collectif
- 15m<sup>2</sup> par personne en cas de communication verbale



## Connectique

- Prises en nombre suffisant
- Emplacement modulable
- Longueur des fils appropriée
- Fils sous goulotte.



## Formation du personnel

Informez les salariés sur l'utilisation des équipements de travail. Les consigner dans le livret d'accueil.



## Organisation du travail

Le temps quotidien de travail sur écran doit être interrompu par des pauses ou par des changements d'activité (Article R4542-4).

## Démarche participative

Intégrer l'ensemble du personnel et les services support (Achats, RH, Direction, HSE, CSE) à ces projets de conception/réaménagement.

# Équipement de travail

## Siège de travail

- Assise réglable en hauteur et en profondeur.
- Dossier mousse, réglable en inclinaison et en hauteur permettant le soutien de l'ensemble du dos.
- Dossier dynamique avec réglage de la tension de basculement.
- Soutien lombaire intégré au dossier.
- Accoudoirs 4D : réglables en hauteur, en profondeur, en inclinaison et latéralement.
- Revêtement en tissu.
- Roulettes adaptées au type de sol.

## Repose-pieds

- Réglable en hauteur et en inclinaison.
- Équipé d'une surface suffisante pour poser les pieds.
- Antidérapant.

## Plan de travail

- Rectiligne : proscrire les formes en vague ou arrondies.
- Dimensions à adapter selon l'activité de travail, la taille et le nombre d'écran : largeur = 80 cm minimum et longueur = 120 cm minimum.
- Hauteur réglable.
- Surface de couleur claire, mate et non réfléchissante

## Écran

- Réglable en hauteur, en inclinaison et orientable.
- Taille de l'écran et résolution des caractères adaptés à l'activité.
- Double écran : même marque, modèle et taille.
- Logiciel adapté aux tâches à réaliser.
- Fond d'écran clair avec une police foncée.

## Clavier

- Épaisseur inférieure à 3 cm, surface mate.
- Compact avec pavé numérique déporté, sans fil.

## Souris

- Adaptée à la taille de la main et à la latéralité.
- Sans fil.