

FICHE PREVENTION : LE TRAVAIL SUR ECRAN

Articles R4542-1 et suivants du Code du Travail

Bonnes pratiques

Ajustement du poste :
écran et siège pour posture
confortable.

Repos régulier des yeux
et des bras.

Organisation de l'espace
propre et rangé.

Santé et suivi

Formation obligatoire
avant première
affectation sur écran.

Examen visuel avant
affectation et en cas
de troubles.

Correction visuelle
spéciale fournie si
nécessaire.

Signalement des
troubles visuels,
fatigue oculaire ou
douleurs au
médecin du travail.

Organisation du travail

Pauses régulières ou changement
d'activité.

Alternance des tâches sur/hors écran.

Poste de travail ergonomique

Écran : stable, orientable,
sans reflets, caractères
lisibles.

Clavier : incliné,
dissocié de l'écran,
touches contrastées.

Siège : réglable en
hauteur et inclinaison.

Table : surface suffisante,
peu réfléchissante.

Documents : support
stable et réglable.

Espace : assez grand
pour bouger et changer
de position.

Travail sur écran

Conditions physiques

Température : confortable, équipements sans
chaleur excessive.

Humidité : adaptée et constante.

Bruit : limité pour ne pas gêner concentration
et audition.