



CONSEIL

Aménager à distance l'ergonomie d'un poste de télétravail écran

Télétravail

Travail sur écran

Ergonomie

CODE PRODUIT

D27

Thématique

Prévention des risques liés au travail sur écran de visualisation au domicile du travailleur.

Objectifs

Prévenir les Troubles musculosquelettiques en donnant un avis et des recommandations quant à l'aménagement du poste de travail du domicile ou/et en proposant des exercices de stretching à distance.

Programme

- Des conseils en termes d'adaptations du poste de travail : réglage d'un siège, hauteur d'une table, positionnement/orientation de l'écran...
- Des pistes d'aménagements particuliers : des trucs et astuces à mettre en place pour limiter ou éviter l'apparition de certaines douleurs musculosquelettiques.
- Des solutions ergonomiques en termes de matériel adapté en fonction des problèmes que les télétravailleurs rencontrent : souris adaptée, clavier court, autre type d'assise...
- Des conseils en termes de postures de travail et d'organisation de travail.

- Des exercices d'étirement à réaliser (ceux-ci peuvent s'organiser pour quelques personnes connectées en même temps)...

Ces entretiens permettront également de donner des réponses à toute autre question ergonomique.

Méthode

- Le conseiller en prévention ergonomique fixe un RDV téléphonique et se connecte par vidéoconférence avec le salarié.
- Une photo prise quant à l'installation du salarié lorsqu'il travaille pourra être envoyée au préalable.
- Langues possibles : français, néerlandais et anglais.

Public

Tout travailleur qui réalise du télétravail à son domicile ou en dehors des locaux mis à sa disposition par l'employeur.