

NOUVEAU



Télétravail et prévention des TMS Les nouveaux outils du pôle Ergonomie



Nathalie LACHAMBRE, Ergonome
Quentin PETIT, Ergonome



Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail



La crise sanitaire à fait évoluer la façon d’appréhender le travail pour l’ensemble des actifs. Les entreprises ont su faire face en déployant de nouvelles organisations de travail. Parmi celles-ci, le télétravail qui a largement été démocratisé et tend à se pérenniser. Afin d’accompagner nos adhérents dans cette nouvelle organisation du travail nous avons développé une méthodologie de prévention des TMS.

Ces nouveaux outils répondent aux spécificités du télétravail : éloignement géographique, intrusion dans la vie privée.



Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail



Riche de notre expertise sur les outils développés pour la prévention des TMS lié au travail sur écran (autodiagnostic et fiches conseils) nous avons élaboré des outils propres au télétravail sur cette même logique de prévention : La prévention des risques est efficace si elle est l'affaire de chacun

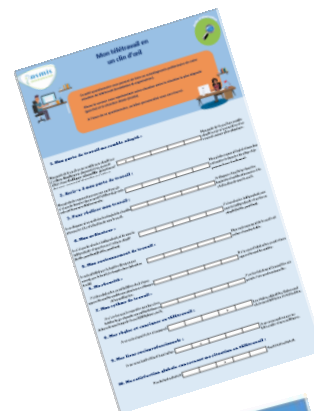


Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail

NOUVEAU

Les ergonomes de l'ASMISS ont créé :

- les autodiagnostic télétravail
 - Pré-diagnostic
 - Diagnostic complet
- Des outils de conseils:
 - Fiche conseil
 - 7 erreurs (en cours)



Mon télétravail en un clic d'œil

1. Quel est votre statut ?

2. Quel est votre poste ?

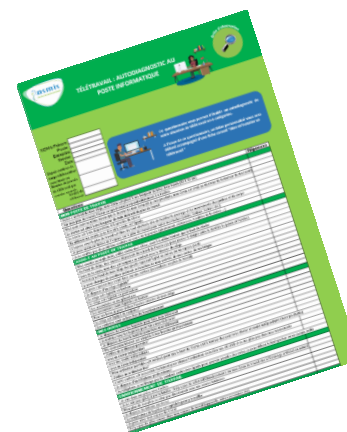
3. Quel est votre lieu de travail ?

4. Quel est votre type de contrat ?

5. Quel est votre secteur d'activité ?

6. Quel est votre secteur d'activité ?

7. Quel est votre secteur d'activité ?



Télétravail - Autoquestionnaire de suivi de l'activité

1. Quel est votre statut ?

2. Quel est votre poste ?

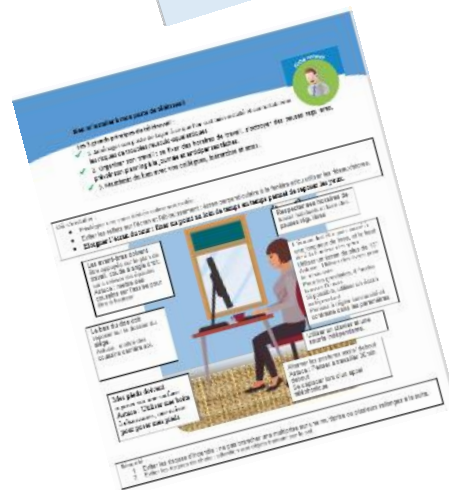
3. Quel est votre lieu de travail ?

4. Quel est votre type de contrat ?

5. Quel est votre secteur d'activité ?

6. Quel est votre secteur d'activité ?

7. Quel est votre secteur d'activité ?



7 erreurs à éviter en télétravail

1. Ne pas travailler dans un espace non adapté.

2. Ne pas travailler dans un espace non adapté.

3. Ne pas travailler dans un espace non adapté.

4. Ne pas travailler dans un espace non adapté.

5. Ne pas travailler dans un espace non adapté.

6. Ne pas travailler dans un espace non adapté.

7. Ne pas travailler dans un espace non adapté.





Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail

NOUVEAU

Objectifs :

- Permettre à chaque télétravailleur(se) de faire un diagnostic de son poste et de mettre en place les premiers aménagements
- Permettre à l'employeur de faire un état des lieux individuel et collectif afin de proposer des aménagements

En deux temps pour le salarié : sur informatique

- Diagnostic rapide -> Bilan personnalisé automatique
- Diagnostic approfondi -> Bilan personnalisé automatique



Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail

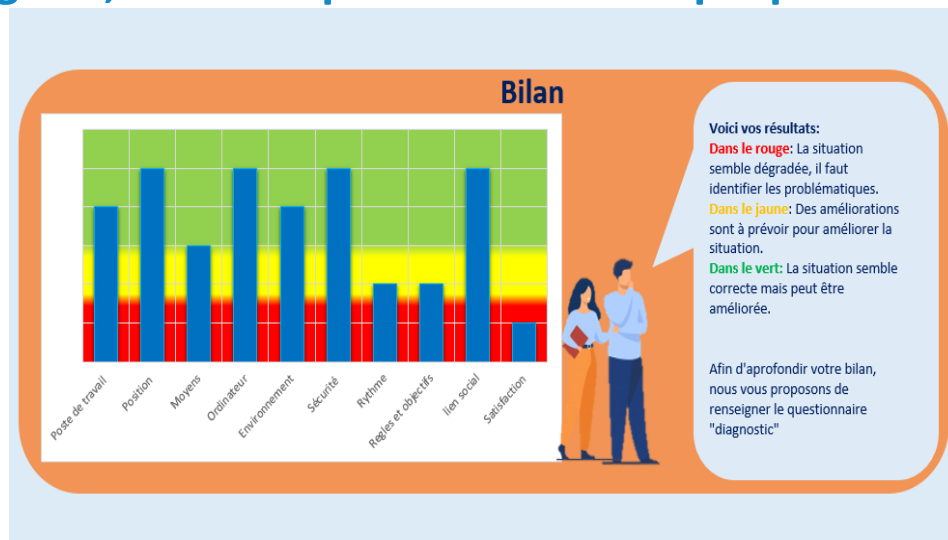
NOUVEAU

Étape 1 :

Désignation en interne d'un pilote de l'action (Responsable du DU ou QHSE) et éventuellement d'un comité de pilotage (Membres CSE, Responsable Achats, Responsable Informatiques, ...)

Le pilote envoie par mail par la fiche pré-diagnostic à chaque salarié(e)s volontaire télétravaillant pour remplissage.

A l'issue de cette première grille, un bilan personnalisé est proposé au salarié.



S'il le souhaite, le salarié peut passer à l'étape suivante : le diagnostic:

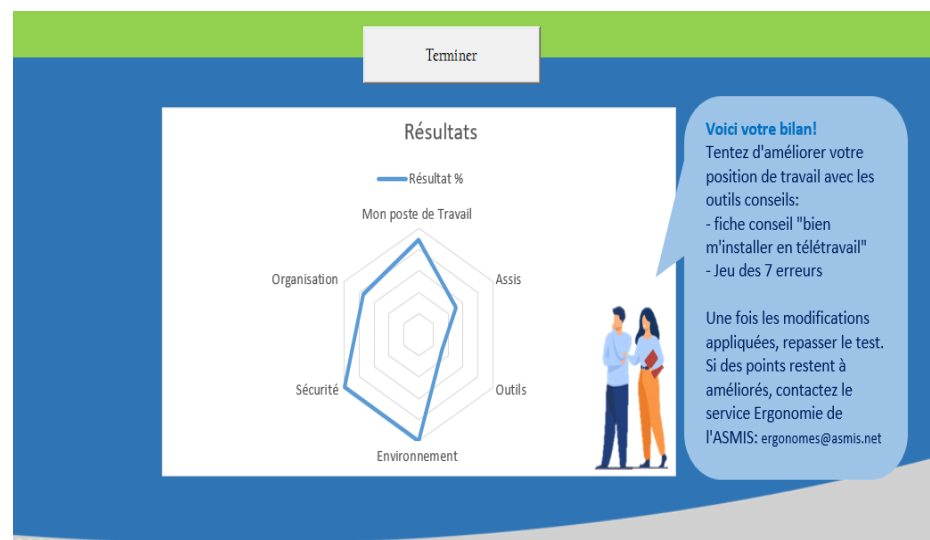


Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail

NOUVEAU

Étape 2 :

Remplissage de l'outil « diagnostic » (toujours un bilan personnalisé à la clé)



Récupération informatique de la grille ou des grilles complétées par le pilote de l'action.

Envoi aux salarié(e)s de la fiche « bien s'installer en télétravail » + lien vers jeu des 7 erreurs



Nouveaux outils de prévention des TMS pour les adhérents en Télétravail

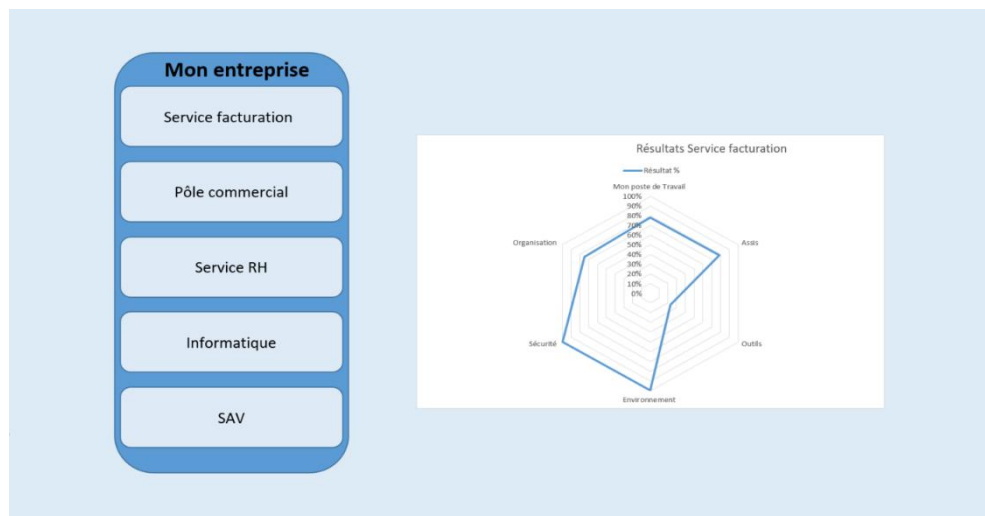
NOUVEAU

Étape 3 :

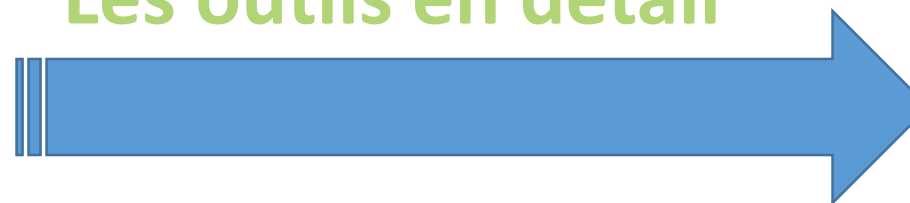
Passation d'un nouvel autodiagnostic avec installation de travail corrigée à l'aide des outils transmis lors de l'étape 2.

Étape 4 :

Analyse globale des réponses et traçabilité dans le Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels par le Pilote, les membres du comité de pilotage et si besoin par un ergonome de l'ASMIS



Les outils en détail





Diagnostic RAPIDE (1/5)

Mon télétravail en un clin d'œil



Ce petit questionnaire vous permet de faire un autodiagnostic préliminaire de votre situation de télétravail (installation & organisation). Il a pour objectif de

Cochez la case correspondant à votre situation

A l'issue de ce questionnaire, un bilan personnalisé vous sera fourni.



Le questionnaire n'est pas anonyme car :

- Pas d'informations médicales
- Retour possible pour accompagnement personnalisé
- Permettre d'avoir une photographie par poste de travail ou service



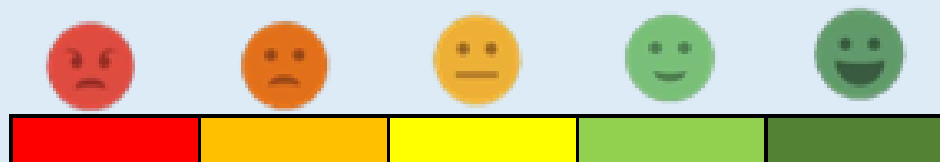
Diagnostic rapide (2/5)

Objectif : autoévaluation rapide sur une échelle de 1 à 5 de la situation en 10 items

1. Mon poste de travail me semble adapté :

Mon poste de travail ne me semble pas adapté car j'ai **des douleurs** (*musculaires, maux de tête*) et une **fatigue visuelle** (*picotement des yeux, rougeurs*) et mon écran n'est pas adapté (taille, position).

Ma situation est.



Renseignez la case correspondant à votre situation d'un "v".

Mon poste de travail me semble adapté car je m'y sens bien et ne ressens aucune gêne physique.

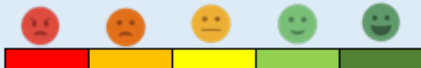


Diagnostic rapide (3/5)

1. Mon poste de travail me semble adapté :

Renseignez la case correspondant à votre situation d'un "X".

Ma situation est :



Mon poste de travail ne me semble pas adapté car j'ai **des douleurs** (musculaires, maux de tête) et une **fatigue visuelle** (picotement des yeux, rougeurs) et mon écran n'est pas adapté (taille, position).

Mon poste de travail me semble adapté car je m'y sens bien et ne ressens aucune gêne physique.

2. Assis-e à mon poste de travail :

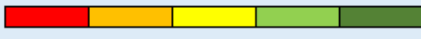
Mes pieds ne reposent pas sur une surface, je n'ai pas de dossier (ou ne peut l'utiliser), je suis entravé (e) dans mes déplacements.



Mes pieds reposent à plat et mon dos est contre le dossier du siège et je peux me lever facilement.

3. Pour réaliser mon travail :

Je ne dispose ni ne maîtrise les logiciels et outils nécessaires à la réalisation de mon travail.



Je dispose et maîtrise tous les logiciels et outils nécessaires à la réalisation de mon travail.

4. Mon ordinateur :

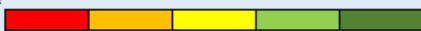
Je n'ai pas de clavier indépendant, ni de souris indépendante et mon écran n'est pas adapté (taille, position).



J'ai un clavier indépendant, une souris indépendante et un écran adapté (taille, position).

5. Mon environnement de travail :

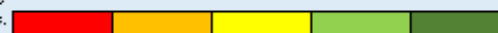
Je suis gêné(e) par la lumière (trop ou pas assez), par le bruit, la température (chaud ou froid).



Mon environnement de travail est calme et confortable.

6. Ma sécurité :

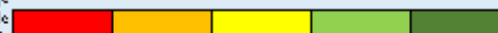
J'ai des obstacles au sol (câbles etc.) et mes appareils sont branchés sur plusieurs rallonges et/ou multiprises.



Il n'y a pas d'obstacles au sol et mes appareils sont branchés.

7. Mon rythme de travail :

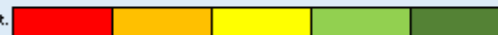
Je n'arrive pas à respecter mes horaires habituels, je réponds aux sollicitations en dehors de mon temps de travail (téléphone, mail, réseaux sociaux).



J'arrive totalement à concilier vie privée et vie professionnelle.

8. Mes règles et consignes en télétravail :

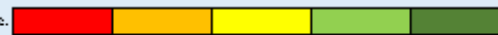
Je ne sais ni quoi faire ni comment.



Les règles, objectifs, tâches sont clairement définis et réalisables.

9. Mes liens socioprofessionnels :

Je me sens isolé (e) et livré (e) à moi-même.



Je me sens soutenu (e) par ma hiérarchie et mes collègues.

10. Ma satisfaction globale concernant ma situation en télétravail :

Pas du tout satisfait.



Tout à fait satisfait.



Diagnostic rapide (4/5)

Mon télétravail en un clin d'œil

asmis Service de santé au travail

Ce petit questionnaire vous permet de faire un auto-diagnostic préliminaire de votre situation de télétravail (satisfaction & organisation), à 8 pour objectif de :

- Cocher la case correspondant à votre situation
- A l'issue de ce questionnaire, un bilan personnalisé vous sera fourni.

à renseigner à votre situation

1. Mon poste de travail me semble adapté

Mon poste de travail me semble adapté car :

- Il me donne une impression de confort
- Il me permet de travailler dans un environnement agréable
- Il me permet de travailler dans un environnement agréable
- Il me permet de travailler dans un environnement agréable
- Il me permet de travailler dans un environnement agréable

Mon poste de travail ne me semble pas adapté car :

- Il me donne une impression de gêne
- Il me fait perdre du temps
- Il me fait perdre du temps
- Il me fait perdre du temps
- Il me fait perdre du temps

2. Arriver à mon poste de travail :

Je n'ai pas de difficulté à arriver à mon poste de travail.

Je n'ai pas de difficulté à arriver à mon poste de travail.

3. Pour réaliser mon travail :

Je dispose de tout ce qu'il faut pour réaliser mon travail.

Je dispose de tout ce qu'il faut pour réaliser mon travail.

4. Mon ordinateur :

Mon ordinateur est performant et me permet de travailler facilement.

Mon ordinateur est performant et me permet de travailler facilement.

5. Mon environnement de travail :

Mon environnement de travail est agréable et me permet de travailler facilement.

Mon environnement de travail est agréable et me permet de travailler facilement.

6. Mes collègues :

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

7. Mon rythme de travail :

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

8. Mes règles et consignes en télétravail :

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

9. Mes liens professionnels :

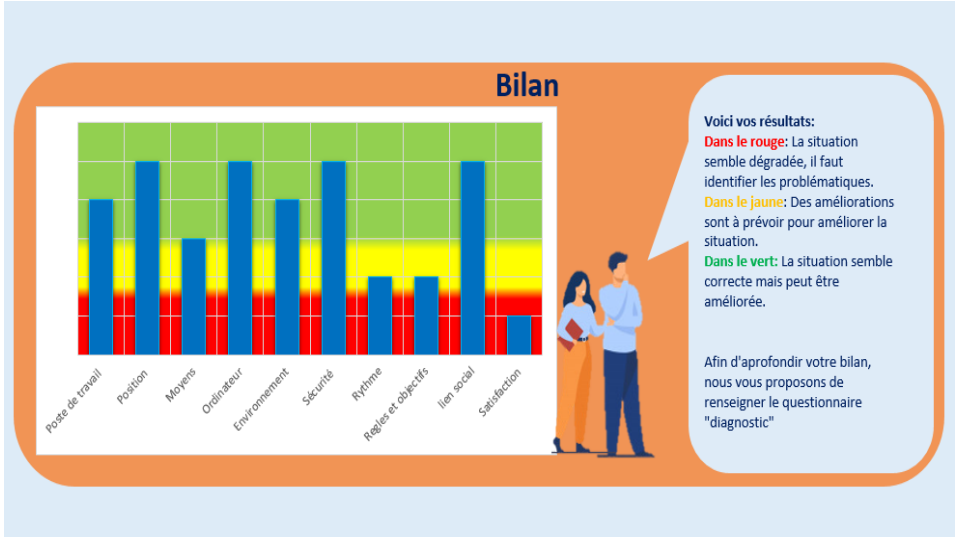
Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

10. Ma satisfaction globale concernant ma situation en télétravail :

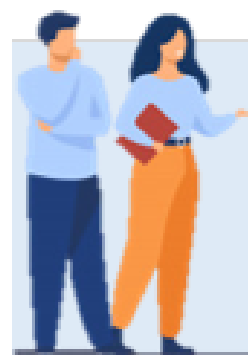
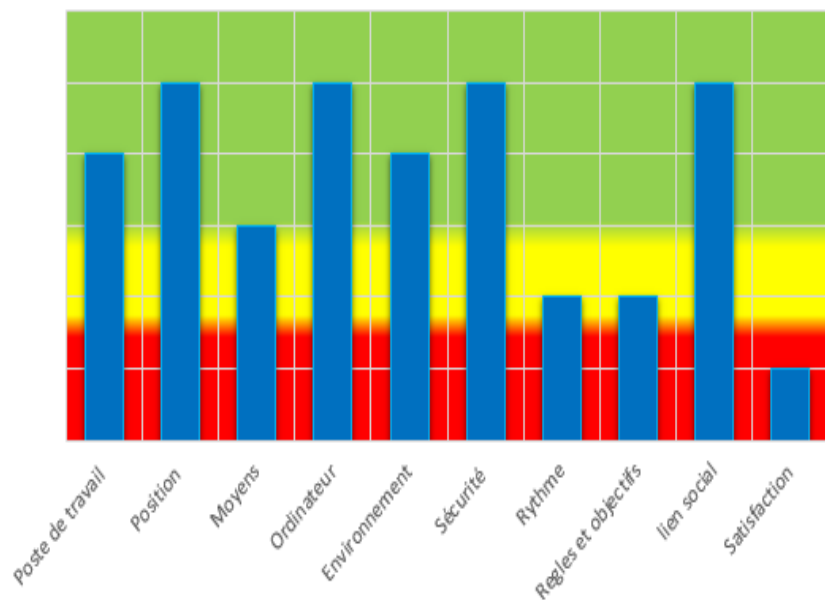
Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.

Je dispose de tous les outils nécessaires pour travailler facilement.



Diagnostic rapide (5/5)

Exemple :



Il semblerait que **votre environnement de travail et votre assise ne soient pas idéales...**
Nous vous invitons à aller plus loin pour identifier votre problématique en cliquant [ici](#)

Un message personnalisé avec un lien sur la 2nde grille d'autodiagnostic



Diagnostic approfondi (1/7)

TÉLÉTRAVAIL : AUTODIAGNOSTIC AU POSTE INFORMATIQUE

NOM & Prénoms: _____
 Partir: _____
 Entreprise: _____
 Service: _____
 Date: _____

Depuis combien de temps télétravaillez: _____
 Nombre de journées de télétravail par semaine: _____
 Lieu(s) de télétravail: _____

Ce questionnaire vous permet d'établir un autodiagnostic de votre situation de télétravail en 6 catégories.

A l'issue de ce questionnaire, un bilan personnalisé vous sera délivré accompagné d'une fiche conseil "Bien m'installer en télétravail".

Question	Répondre
MON POSTE DE TRAVAIL	
Assis(e) au fond de manzrique, mon écran est placé à une longueur de bras, bras tendu (50 à 70 cm)	
Sur mon plan de travail, l'écran est positionné perpendiculairement à la fenêtre	
Mon nez est au même niveau que le dessus de mon écran (Si je suis prozbyte, mon écran est situé en dessous de la hauteur de mon nez)	
Le clavier est situé à une longueur de main du bord du plan de travail	
Le souris est à ma disposition, très proche du clavier	
En utilisant ma souris, je ne lève ni le coude, ni l'épaule	
L'espace sur le plan de travail est libre de tout obstacle afin de faciliter le passage et les mouvements des jambes et du corps	
Je peux aisément libérer de l'espace sur le plan de travail pour varier mes tâches (lecture, écriture, lecture, etc.)	
Je ne souffre pas de problème oculaire au cours de la journée (picotement, rougeurs, troubles de la vision,...)	
ASSIS-E AU POSTE DE TRAVAIL	
Mon coude en angle droit, collé contre mon corps, est à la même hauteur que le haut du clavier	
Au fond de manzrique, mon coude est au-dessus du rebord de l'assise (je peux passer à droite entre le dossier et l'assise)	
Lors de la lecture, mon dos est toujours en contact avec le dossier de la chaise	
Assis(e) au fond de manzrique, mes pieds reposent à plat sur un tapis ou sur un repose-pieds	
Je peux changer de position aisément en fonction de mon activité, de mon envie, de ma fatigue	
Je peux reposer mon avant-bras sur une surface (accoudoir au plan de travail)	
Je dispose d'un réglage réglable	
Le réglage est réglable en hauteur	
Le réglage est réglable en profondeur	
Les accoudoirs ne me gênent pas	
Les accoudoirs sont réglables en hauteur	
Pour me lever, je peux utiliser l'assise rotative de manzrique	
Le réglage est équipé de roulettes	
Les roulettes sont en bon état de fonctionnement	
MES OUTILS	
Je dispose de tout le logiciel pour faire mon télétravail	
Je maîtrise tout le logiciel pour faire mon télétravail	
Je dispose de tout le matériel pour faire mon télétravail	
Ma connexion internet est adaptée à mes besoins professionnels	
J'utilise un ordinateur portable	
avec un clavier indépendant	
avec une souris indépendante	
avec un écran indépendant	
Mon ordinateur portable est réglé pour que la hauteur de l'écran soit à hauteur de mes yeux avec clavier et souris indépendants (sans prozbyte)	
J'utilise un ordinateur fixe	
L'unité centrale est accessible facilement pour allumer l'ordinateur ou insérer une clé USB et ne me gêne pas dans mes mouvements	
Je dispose d'un téléphone professionnel	
Au téléphone, je ne clique pas sur le combiné contre mon épaule pour pouvoir prendre des notes, je peux utiliser le haut-parleur ou un casque audio	
ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL	
Je suis dans une pièce avec fenêtre	
Je ne suis pas gêné(e) par la lumière: il n'y a pas de reflet d'éclairage venant de mon écran de travail sur l'éclairage artificiel ou naturel	
Mon plan de travail ne se situe pas directement sur une source lumineuse	
Je dispose de rideaux ou stores	
La température de la pièce est agréable pour y travailler	
Je peux élever mon espace de travail	
Il n'y a pas de gêne venant de mon espace de travail (appareil, autres personnes, etc.)	

J'utilise un ordinateur portable	
avec un clavier indépendant	
avec une souris indépendante	
avec un écran indépendant	
Mon ordinateur portable est réglé pour que la hauteur de l'écran soit à hauteur de mes yeux avec clavier et souris indépendants (sans prozbyte)	
J'utilise un ordinateur fixe	
L'unité centrale est accessible facilement pour allumer l'ordinateur ou insérer une clé USB et ne me gêne pas dans mes mouvements	
Je dispose d'un téléphone professionnel	
Au téléphone, je ne clique pas sur le combiné contre mon épaule pour pouvoir prendre des notes, je peux utiliser le haut-parleur ou un casque audio	
ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL	
Je suis dans une pièce avec fenêtre	
Je ne suis pas gêné(e) par la lumière: il n'y a pas de reflet d'éclairage venant de mon écran de travail sur l'éclairage artificiel ou naturel	
Mon plan de travail ne se situe pas directement sur une source lumineuse	
Je dispose de rideaux ou stores	
La température de la pièce est agréable pour y travailler	
Je peux élever mon espace de travail	
Il n'y a pas de gêne venant de mon espace de travail (appareil, autres personnes, etc.)	
SECURITE	
Je ne suis pas gêné(e) par la présence de fil ou autres obstacles au sol	
Mon outil de travail ne se branche pas sur une multiprise, elle-même branchée sur une autre multiprise	
Un de mes outils de travail n'est pas branché sur une rallonge, elle-même branchée sur une autre rallonge	
Un de mes outils de travail, est pas branché sur une rallonge, elle-même branchée sur une multiprise (au minimum multiprise sur une autre multiprise)	
ORGANISATION DU TRAVAIL	
Le rythme de fonctionnement du télétravail est clair (modes de communication, disponibilité et horaires)	
Mon objectif est suffisamment clair et atteignable dans mes horaires de travail	
J'arrive à planifier mes tâches pour télétravailler	
Je me repose(e) par mon manger pendant le télétravail	
Je dispose d'une assistance en cas de dysfonctionnement de mon outil et logiciel	
J'ai des contacts suffisamment réguliers avec mon manger par rapport à mon besoin (téléphone, visioconférence,...)	
J'ai des contacts suffisamment réguliers avec mes collègues par rapport à mon besoin (téléphone, visioconférence,...)	
J'arrive à concilier vie privée et vie professionnelle	
J'arrive à me répondre à mes mails en dehors des horaires de travail	
J'arrive à me répondre à mes appels téléphoniques professionnels en dehors des horaires de travail	
J'arrive à me répondre à d'autres types de sollicitations professionnelles en dehors des horaires de travail (WhatsApp, Facebook,...)	
Mon rythme de travail est proche du rythme que j'ai lorsqu'il y a de la présence dans mon entreprise (heure début et fin, pause repas)	
Je ne suis pas interrompu(e) par des facteurs extérieurs au travail (visite d'un tiers, enfant, téléphone personnel, etc.)	
Je fais des pauses régulières (exemple: en marchant 5 minutes toutes les heures)	
Je ne me repose pas irrégulièrement pendant le télétravail	
Je fais des exercices d'étirement ou de relaxation régulièrement	

Merci d'indiquer votre ressenti général lors de votre télétravail:

<input type="checkbox"/> Excellent	<input type="checkbox"/> Excellent
<input type="checkbox"/> Très bien	<input type="checkbox"/> Très bien
<input type="checkbox"/> Bien	<input type="checkbox"/> Bien
<input type="checkbox"/> Moyennement bien	<input type="checkbox"/> Moyennement bien
<input type="checkbox"/> Moyennement mal	<input type="checkbox"/> Moyennement mal
<input type="checkbox"/> Mal	<input type="checkbox"/> Mal
<input type="checkbox"/> Très mal	<input type="checkbox"/> Très mal
<input type="checkbox"/> Excellent	<input type="checkbox"/> Excellent
<input type="checkbox"/> Très bien	<input type="checkbox"/> Très bien
<input type="checkbox"/> Bien	<input type="checkbox"/> Bien
<input type="checkbox"/> Moyennement bien	<input type="checkbox"/> Moyennement bien
<input type="checkbox"/> Moyennement mal	<input type="checkbox"/> Moyennement mal
<input type="checkbox"/> Mal	<input type="checkbox"/> Mal
<input type="checkbox"/> Très mal	<input type="checkbox"/> Très mal

Question ouverte:
 Avez-vous des remarques ou suggestions ?

Quelles propositions d'améliorations faites-vous?





Diagnostic approfondi (2/7)

**TÉLÉTRAVAIL : AUTODIAGNOSTIC
AU POSTE INFORMATIQUE**

Grille d'observation

NOM & Prénom:
Poste:
Entreprise:
Service:
Date:
Depuis combien de
temps télétravaillez-
vous (mois ou
Nombre de journée
de télétravail par
semaine ou mois
Lieu(x) de télétravail

 Ce questionnaire vous permet d'établir un autodiagnostic de votre situation de télétravail en 6 catégories.

A l'issue de ce questionnaire, un bilan personnalisé vous sera délivré accompagné d'une fiche conseil "Bien m'installer en télétravail "

Le questionnaire comme le précédent n'est pas anonyme car :

- Pas d'informations médicales
- Retour possible pour accompagnement personnalisé
- Permettre d'avoir une photographie par poste de travail ou service



Diagnostic approfondi (3/7)

Questions	Réponses
MON POSTE DE TRAVAIL	
Assis(e) au fond de mon siège, mon écran est placé à une longueur de bras, bras tendu (50 à 70 cm)	
Sur mon plan de travail, l'écran est positionné perpendiculairement à la fenêtre	
Mes yeux sont au même niveau que le dessus de mon écran (Si je suis presbyte, mon écran est situé en dessous de la hauteur de mes yeux)	
Le clavier est situé à une longueur de main du bord du plan de travail	
La souris est à ma disposition, très proche du clavier	
En utilisant ma souris, je ne lève ni le coude, ni l'épaule	
L'espace sous le plan de travail est libre de tout obstacle afin de faciliter le passage et les mouvements des jambes et du corps	
Je peux aisément libérer de l'espace sur le plan de travail pour varier mes tâches (saisie, écriture, lecture etc.)	
Je ne souffre pas de problème oculaire au cours de la journée (picotement, sécheresse, troubles de la vision, ...)	
ASSIS-E AU POSTE DE TRAVAIL	

6 grandes thématiques abordées en 63 items :

- Mon poste de travail
- Assise au poste de travail
- Outils
- Environnement de travail
- Sécurité
- Organisation du travail



Diagnostic approfondi (5/7)

Le télétravail peut se révéler au fil du temps exigeant psychologiquement, aussi ces questions sont proposées

Merci d'indiquer votre ressenti général lors de votre télétravail :	
<input type="radio"/> Soutenu(e)	<input type="radio"/> Détendu(e)
<input type="radio"/> Contrarié(e)	<input type="radio"/> Isolé(e)
<input type="radio"/> Stressé(e)	<input type="radio"/> Confiant(e)
<input type="radio"/> Concentré(e)	<input type="radio"/> Triste
<input type="radio"/> Productive(if)	<input type="radio"/> Distrain(e)
<input type="radio"/> Inquiet(te)	<input type="radio"/> Serein(ne)
<input type="radio"/> Motivé(e)	<input type="radio"/> Autonome
<input type="radio"/> Épuisé(e)	<input type="radio"/> Démotivé(e)
<input checked="" type="radio"/> Autre	



Diagnostic approfondi (6/7)

Questions ouvertes permettant :

- d'expliquer d'autres éléments
- d'émettre des propositions personnelles de prévention

Questions ouvertes:

Avez-vous des remarques ou suggestions ?

.....
.....
.....

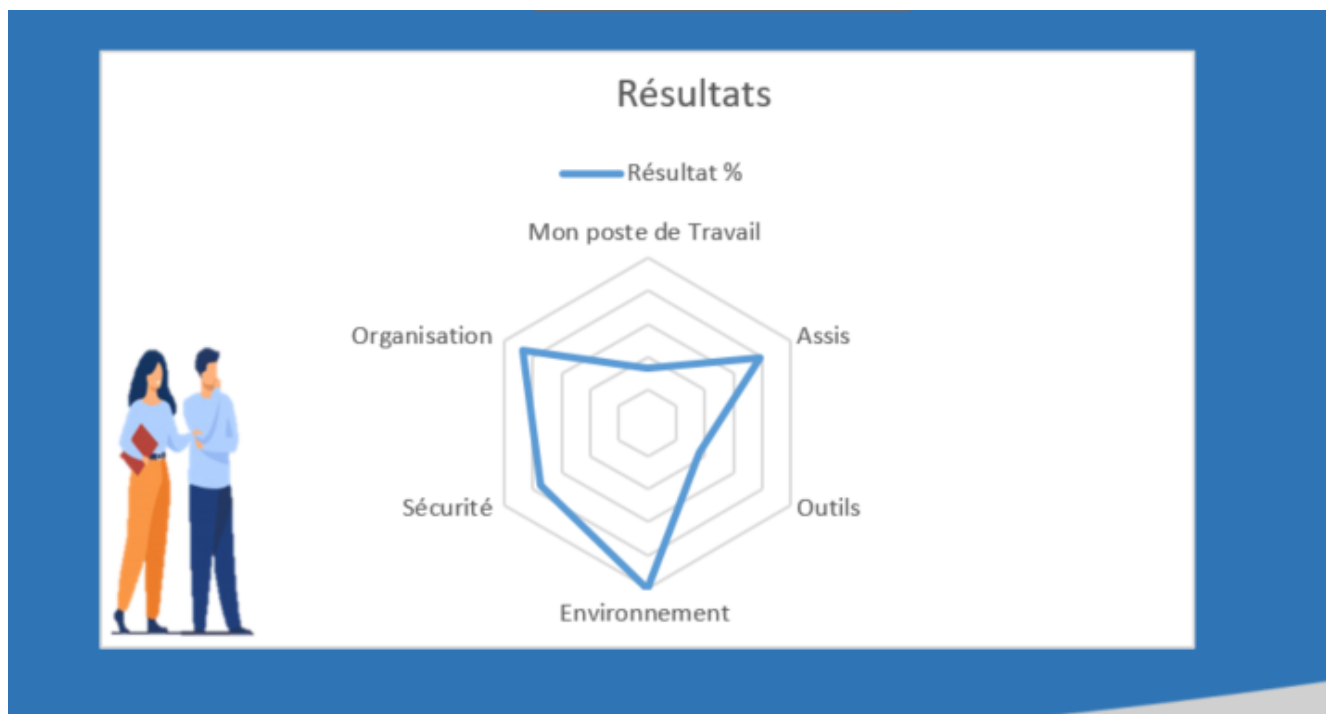
Quelles propositions d'améliorations feriez-vous?

.....
.....
.....

Diagnostic approfondi (7/7)

Un bilan personnalisé apparaît :

Exemple :



Les outils de conseil

Consigne: Identifiez les 7 erreurs à éviter en télétravail qui se cachent dans cette image



asmis Bien m'installer en télétravail

Les 3 grands principes du télétravail :

1. Aménager son poste de façon à ce que l'on soit bien installé(e) et confortablement pour limiter les risques de troubles musculo-squelettiques
2. Organiser son travail : se fixer des horaires de travail, s'octroyer des pauses régulières, prévoir son planning à la journée et anticiper ses tâches.
3. Maintenir du lien avec vos collègues, hiérarchie et amis.

Où s'installer ? :

- Privilégier une zone dédiée calme voir isolée.
- Éviter les reflets sur l'écran et l'éblouissement : écran perpendiculaire à la fenêtre et/ou utiliser des rideaux/stores.
- Eloigner l'écran du mur : faire un point au bon de temps en temps permet de repérer les yeux.

L'écran doit être positionné à une longueur de bras et à la hauteur des yeux. Utiliser un écran de plus de 17".
Astuce : Utiliser des livres pour le rehausser.
 Pour les portables, il faudra adapter l'écran.
 Si possible, utiliser un écran indépendant.
 Assurez à régler la luminosité et le contraste dans les paramètres.

Utiliser un clavier et une souris indépendants.

Mes pieds doivent reposer sur une surface
Astuce : Utiliser une boîte à chaussures, une caisse pour poser mes pieds.

Respecter ses horaires de travail
 Totaux et faire des pauses régulières.

Les avant-bras doivent être appuyés sur le plan de travail, coude à angle droit, sans relever les épaules.
Astuce : mettre des coussins sur l'assise pour être à l'aise.

La base du dos doit reposer sur le dossier du siège.
Astuce : mettre des coussins derrière soi.

Sécurité :

- ✓ Éviter les risques d'incendie : ne pas brancher une multiprise sur une multiprise ou plusieurs rallonges à la suite.
- ✓ Éviter les risques de chute : attention aux objets traînant sur le sol.

asmis tient à votre disposition une grille d'auto-diagnostic « télétravail » : poste informatique « ainsi qu'un fiche conseils concernant le matériel de bureau (siège, souris, clavier, ...)

Pour tout complément d'information, contactez nous à : helpdesk@asmis.be
 ASMIS - 17 rue Dalmasson - CS 6022 - 1050 AINTE-CEDEX | www.asmis.be
 02 538 10 00



Protocole de passation

- **Étape 1 :**
 - Distribuer la fiche pré-diagnostic à chaque salarié(e) **volontaire** télé travaillant pour remplissage.
 - Une fois cette étape réalisée, le salarié peut remplir la grille d'autodiagnostic si il le souhaite.

- **Étape 2 :**
 - Récupération de la grille ou des grilles complétées.
 - Envoi aux salarié(e)s de la fiche « bien s'installer en télétravail » + lien vers jeu des 7 erreurs.

- **Étape 3 :**

Passation d'un nouvel autodiagnostic avec installation de travail corrigée à l'aide des outils transmis lors de l'étape 2.

- **Étape 4 :**

Analyse globale des réponses et traçabilité dans le Document Unique d'Évaluation des Risques Professionnels.



Analyse collective = Prévention collective

Chacun des autodiagnostic peut être traité collectivement :

- Par service
- Par poste

Ceci permettra d'avoir une vision globale :

- Des conditions de travail en télétravail
- Des risques
- Des besoins

Mais aussi:

- De définir des axes d'amélioration
- D'enrichir votre Document Unique d'Evaluation des Risques Professionnels



En cours de finalisation



Comment se procurer ces documents ?

- **Contactez directement le pôle Ergonomie de l'ASMIS à l'adresse suivante:**

ergonomes@asmis.net

- **Faire une demande auprès de votre Médecin du Travail**