

AMÉNAGER SON ESPACE DE TRAVAIL

Les points essentiels pour aménager son espace de travail

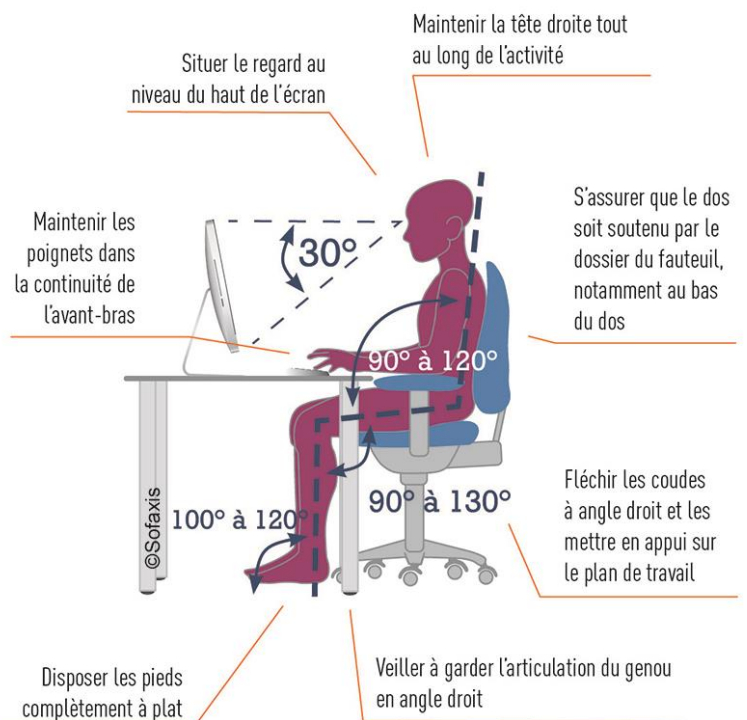
• Organisation de l'espace de travail et du bureau

Les objets utilisés régulièrement (téléphone, documents, clavier...) doivent être disposés différemment en fonction de leur fréquence d'usage. Ceci permettra de les saisir sans entraîner une extension des bras et une flexion ou torsion du tronc.



• Luminosité

L'implantation du bureau dans l'espace de travail va avoir une influence sur l'intensité de la fatigue visuelle qui elle-même aura une incidence sur la tension reportée sur les cervicales. Afin de diminuer ces contraintes, il faut étudier la possibilité d'implanter les bureaux perpendiculairement par rapport à la source de lumière naturelle.



Astuces pour aménager son espace de travail sans acheter de matériel

1. Utiliser un ou plusieurs **livres** pour rehausser la hauteur de son écran.
2. Pour les personnes de petite tailles, utiliser une **boîte à chaussures** comme repose pieds.
3. Si votre espace de travail est étroit, **limiter les documents papier et favoriser les outils informatiques** (comme les fonctionnalités de bloc-notes ou de post-it).

Tél. : 02 48 48 15 15 - Fax : 02 48 48 15 16
relations.clients@sofaxis.com - www.sofaxis.com

Adresse postale : CS 80006 - 18020 Bourges Cedex
Siège social : Route de Creton - 18110 Vasselay

SNC au capital de 47 355 € - 335 171 096 RCS Bourges
N° ORIAS 07 000814 - www.orias.fr

ISO 9001, ISO 14001, OHSAS 18001

