

ISCO^{srl}

International
Service
Company

Corso on-line per **VIDEOTERMINALISTA**

E-le@rning course



Domaine d'application

Le cours s'adresse à tous les opérateurs utilisateurs de terminaux vidéo qui utilisent ces équipements pendant **plus de 20 heures par semaine**.

Ne sont pas à prendre compte les travailleurs chargés de:

- ✓ Postes de conduite des véhicules ou machines
- ✓ Systèmes informatiques montés sur un engin de transport.
- ✓ Systèmes informatiques destinés de façon prioritaire à l'utilisation de la part du public.
- ✓ Systèmes dits portables s'ils ne font pas l'objet d'utilisation prolongés dans un poste de travail.
- ✓ Machines calculatrices, caisses enregistreuses et tous les équipements munis d'un petit dispositif de vision données ou mesures, nécessaire pour l'utilisation directe de l'appareil.
- ✓ Machines d'écriture vidéo sans écran séparé.



Obligations de l'employeur

L'employeur doit effectuer l'évaluation du risque du terminal vidéo.

En particulier, il analyse les lieux de travail et les risques liés:

- ✓ La vue et les yeux
- ✓ La posture et la fatigue physique et mentale (stress).
- ✓ Les conditions ergonomiques et d'hygiène environnementale.



Risque de terminal vidéo

Déroulement quotidien du travail

Le travailleur a droit à une interruption de l'activité avec des pauses, soit des changements d'activité: ces pauses sont fixées par la négociation collective et d'entreprise.

En absence de dispositions contractuelles, le travailleur a droit dans tous les cas à une pause de 15 minutes toutes les 2 heures d'application continue. L'accumulation des pauses au début ou à la fin de l'horaire de travail est dans tous les cas exclue; par ailleurs, la pause est considérée comme partie intégrante de l'horaire de travail.

Risques pour la vue et pour les yeux

Il s'agit généralement de troubles réversibles dus à un excès de fatigue pour l'appareil visuel (ASTHENOPIE).

Les principaux symptômes peuvent être:

- ✓ **Brûlure**
- ✓ **Larmolement**
- ✓ **Sensation d'objets étrangers dans l'œil**
- ✓ **Gêne à la lumière**
- ✓ **Lourdeur**

Ce trouble est fréquent chez les enfants et est associé à la myopie; les travailleurs le plus à risque sont, justement, les opérateurs chargés des terminaux vidéo qui utilisent ces appareils pendant plus de 20 heures par semaine; les sujets qui commencent cette activité à un âge jeune sont encore plus à risque.

Les causes

Les causes des troubles mentionnés ci-dessus peuvent être multiples.

Liés fondamentalement à:

- ✓ **Mauvais éclairage**
- ✓ **Défauts visuels de l'opérateur**
- ✓ **Distance erronée de l'écran**
- ✓ **Conditions d'ambiance défavorables**

Mauvais éclairage

Les postes de travail doivent être identifiés de façon à ce que les sources lumineuses (fenêtres, ouvertures diverses, parois transparentes ou translucides, équipements et parois de couleur claire) ne produisent pas de **reflets** sur l'écran.



Les remèdes

- ✓ Les fenêtres doivent être munies de dispositifs de couverture réglable qui permettent d'atténuer la lumière diurne qui éclaire le poste de travail.
- ✓ L'éclairage général et celui spécifique (lampes) doivent garantir un éclairage suffisant et un contraste approprié entre l'écran et le milieu.
- ✓ Les reflets et éblouissements sur l'écran et sur les autres équipements qui composent l'ameublement de la pièce et du poste de travail en fonction des sources de lumière artificielle et leurs caractéristiques techniques doivent être évités.

Défauts visuels de l'opérateur

Les défauts visuels courants comme par exemple la presbytie, la myopie, l'hypermétropie, etc., peuvent contribuer, si mal corrigés, à créer un excès de fatigue de l'appareil visuel (asthénopie). Les défauts de la vue, même s'ils ne découlent pas de l'usage des terminaux vidéo, doivent être corrigés convenablement.



Distance erronée de l'écran

Une position trop rapprochée des yeux avec l'écran sollicite fortement les muscles oculaires, pour la mise au point de l'image. Ainsi, plus la permanence devant un terminal vidéo est proche et prolongée et plus la sollicitation musculaire sera grande, et par conséquent les gênes.



Conditions d'ambiance défavorables

Certains facteurs d'ambiance peuvent causer ou aggraver des troubles pour l'appareil visuel. Par exemple:

1. Espace

Le poste de travail doit être bien dimensionné et organisé afin qu'il y ait un espace suffisant pour permettre des changements de position et de mouvements opérationnels.

2. Eclairage

L'éclairage général, c'est-à-dire l'éclairage spécifique (lampes de travail), doit garantir un éclairage suffisant et un contraste approprié entre l'écran et le milieu, compte tenu des caractéristiques du travail et des exigences visuelles de l'utilisateur. Des reflets et éblouissements gênants sur l'écran et sur les autres équipements doivent être évités en structurant l'ameublement de la pièce et du poste de travail en fonction de l'emplacement des sources de lumière artificielle et leurs caractéristiques techniques.

3. Reflets et éblouissements

Les postes de travail doivent être organisés de façon à ce que les sources lumineuses comme les fenêtres et les autres ouvertures, les portes transparentes ou translucides, et les équipements et les parois de fond clair ne produisent pas de reflets sur l'écran. Les fenêtres doivent être munies d'un dispositif de couverture réglable pour atténuer la lumière diurne qui éclaire le poste de travail.

4. Bruit

Le bruit émis par les équipements qui appartiennent au/x poste/s de travail doit être pris en considération au moment de l'organisation du poste de travail, en particulier afin de ne pas perturber l'attention et la communication verbale.

5. Chaleur

Les équipements qui appartiennent au/x poste/s de travail ne doivent pas produire un excès de chaleur qui pourrait être une source de trouble pour les travailleurs.

6. Radiations

Toutes les radiations, exception faite de la partie visible du spectre électromagnétique, doivent être réduites à des niveaux négligeables du point de vue de la protection de la sécurité et de la santé des travailleurs.

7. Humidité

Il faut faire en sorte d'obtenir et maintenir une humidité satisfaisante.



Risques liés à la posture

Il s'agit de troubles musculaires et squelettiques qui provoquent une douleur plus un moins aiguë, une sensation de poids, gênes au cou, au dos, aux épaules et aux mains.



Les causes

Les causes des troubles cités en premier lieu peuvent être multiples et parmi eux on trouve:

- ✓ Des positions de travail non adaptées à cause de l'inadéquation des éléments d'ameublement qui ne permettent pas une posture correcte.
- ✓ Une permanence excessive durant un terminal vidéo même si en possession d'un poste adapté et d'ergonomie.



La fatigue physique et mentale

Il s'agit de troubles qui peuvent se produire quand les capacités d'une personne ne sont pas adaptées au niveau de la demande de travail (DOSSIER ENVIRONNEMENT-association milieu et travail).

Ces troubles peuvent donner lieu au mal de tête, irritabilité, anxiété, insomnie et dépression.



Les causes

Dans ce cas également, les causes qui peuvent donner lieu aux troubles découlant du stress sont nombreuses:

- ✓ **Conflit homme-machine:** Quand la machine est difficile à utiliser, peur de perdre des données, etc.
- ✓ **Charge de travail:** trop élevée ou trop basse, monotonie et répétitivité, absence de responsabilité ou responsabilité excessive.
- ✓ **Rapports de travail:** conflictuels ou inexistants.
- ✓ **Facteurs environnementaux:** quand le milieu de travail est étroit, bruyant ou désordonné, etc.



Conditions ergonomiques et d'ambiance

Le point 1 de l'annexe VII du d.dlgs. 626/94, et modifications et interprétations successives, indique les **prescriptions minimums** pour les équipements munis d'un terminal vidéo, et en particulier pour le siège de travail, le plan de travail, le clavier et l'écran.

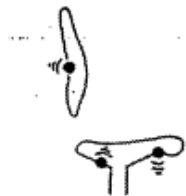
Le siège de travail

Le siège de travail doit être stable, permettre à l'utilisateur une certaine liberté de mouvement et une position pratique et réglable en hauteur et inclinaison.

Pour réaliser tout cela, il convient que le siège ait:

- ✓ Base anti-renversement à 5 raies
- ✓ Hauteur réglable
- ✓ Accessibilité facile aux dispositifs de réglage quand assis
- ✓ Dossier suffisamment haut et réglable autant en hauteur qu'en inclinaison.
- ✓ Support lombaire adapté, rembourrage semi-rigide et revêtement transpirant

Conseils sur l'utilisation du poste de travail



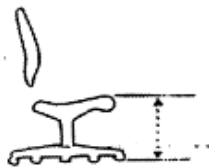
Comandi di regolazione accessibili in posizione seduta, maneggevoli e rispondenti.



Piano del sedile e schienale ben profilati: supporto lombare, spessa imbottitura, rivestimento traspirante.



Basamento antiribaltamento a 5 razze.



Altezza del sedile regolabile



Schienale medio-alto regolabile in altezza

UN SEDILE È MAL DIMENSIONATO... O POCO CONFORTEVOLE SE ...



è troppo stretto



è troppo lungo



è piatto o mal sagomato o troppo morbido



impedisce la traspirazione perché rivestito in plastica o gomma.

Le plan de travail

Le plan de travail doit être une surface peu réfléchissante, avoir des dimensions suffisantes et permettre une disposition souple de l'écran, du clavier, des documents et du matériel nécessaire.

Il faut un espace suffisant qui permet aux travailleurs une position pratique.



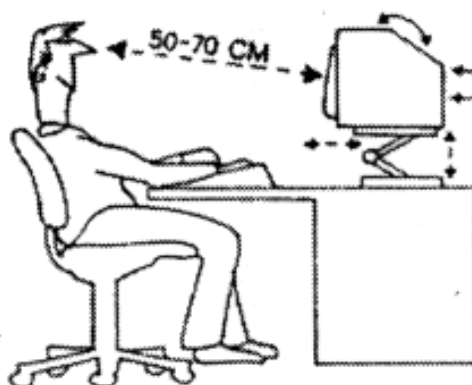
NO

Pour réaliser ce qui a été dit auparavant, il convient que la table ait:

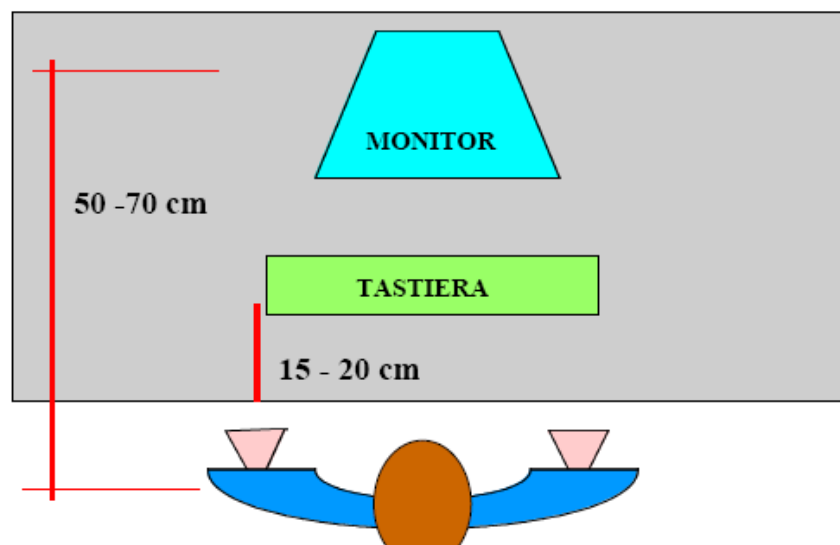
- ✓ Surface opaque, claire mais pas blanche
- ✓ Hauteur de 72 cm environ, si fixe; si mobile, elle doit permettre une amplitude égale à ce niveau.



- ✓ Espace en dessous suffisant pour garder les jambes à demi-étendues et avec la possibilité d'introduire le siège.
- ✓ Largeur adaptée au type de travail, mais qui permet dans tous les cas une distance visuelle correcte et un support pour les avant-bras.



- ✓ **Profondeur du plan de travail:** elle doit assurer une distance visuelle correcte et le support pour les avant-bras.
- ✓ **Largeur du plan de travail:** elle doit être adaptée au type de travail effectué. Par exemple, elle doit être plus grande si le travail prévoit de copier des documents en papier, plus petite dans des opérations de dialogue.



AUTRES INSTRUMENTS ET ACCESSOIRES NECESSAIRES



L'écran

Les caractères sur l'écran doivent avoir une bonne définition et une forme claire, une taille suffisante et il doit y avoir un espace adapté entre les caractères et les lignes. L'image sur l'écran doit être stable;

Sans scintillement et autres formes d'instabilité. La brillance et/ou le contraste entre les caractères et le fond de l'écran doivent être facilement réglables par l'opérateur du terminal vidéo et facilement adaptables aux conditions d'ambiance.



L'écran doit être orientable et inclinable librement pour s'adapter aux exigences de l'utilisateur. Il est possible d'utiliser un soutien séparé pour l'écran ou un plan réglable.

L'écran ne doit pas avoir de reflets ni de réverbérations qui peuvent causer un trouble pour l'utilisateur.

Disturbo nella leggibilità dei caratteri.



Affaticamento.



Oscuramento? Regolazione? Riflessi?



La regolazione della luminosità e del contrasto.



Surveillance sanitaire

L'opérateur de terminal vidéo doit être soumis à une **surveillance sanitaire**.

Par opérateur, on entend celui "qui utilise un équipement muni d'un terminal vidéo pendant plus de 20 heures par semaine".

Afin de mettre en évidence des malformations structurelles, on conseille un examen des yeux et de la vue effectué par un personnel médical compétent. Suivant les vérifications décrites ci-dessus, les travailleurs peuvent résulter:

- ✓ **Aptes avec ou sans prescriptions**
- ✓ **Non aptes**

