

# 1.3 L'aménagement d'un poste de travail avec écran

## Distance œil-écran

Minimum de 60 cm

## Écran

- Le centre de l'écran dans la ligne du regard
- Le haut de l'écran sous la hauteur des yeux ; écran plus bas si on porte des verres à double foyer
- Inclinaison de l'appareil vers l'arrière (environ 20 degrés)
- Écran de hauteur et d'inclinaison ajustables

## Chaise

- De hauteur ajustable
- Base stable (5 roulettes) et d'un diamètre de bâti de 45 cm
- Dossier ajustable en profondeur et correctement réglé
- Dossier ajustable en hauteur (appui lombaire) et correctement réglé
- Roulettes adaptées à la surface du plancher
- Accoudoirs avec ajustement latéral et en hauteur

## Documents consultés

- Permettant une position droite du cou

## Clavier

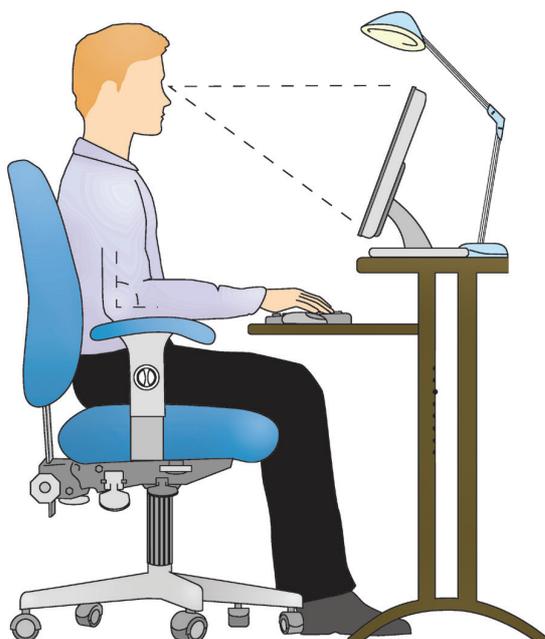
- Sur une surface ajustable en hauteur
- Sur une surface assez grande pour positionner la souris
- Clavier à l'horizontale, sans les pattes

## Souris

- Située vers le centre du corps et à la même hauteur que le clavier

## Espace pour les membres inférieurs

- Suffisant pour les genoux sous la table
- Suffisant pour les pieds par rapport au fond de la table



## Repose-pieds

- D'angle ajustable et muni d'un matériau antidérapant sur le dessus et en dessous. Il est particulièrement recommandé pour les personnes de plus petite taille.

**En résumé :** Privilégier un aménagement qui permet de changer de posture. Ajuster correctement les éléments du poste à ses caractéristiques personnelles.