

TELETRAVAIL: OUTIL D'AUTO-EVALUATION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Ce questionnaire a pour but de vous aider à identifier lors de votre installation en télétravail des situations potentiellement préjudiciables pour votre santé.

Ces situations peuvent être source d'accident ou favoriser le développement de pathologies tels des troubles musculo-squelettiques.

Elles peuvent également vous exposer à des risques psychosociaux.

Selon les réponses, il convient d'apporter des mesures d'amélioration techniques, organisationnelles et de vous sensibiliser aux risques.

SENSIBILISATION AUX RISQUES PROFESSIONNELS	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
Avez-vous bénéficié d'une information préalable sur les risques professionnels associés au télétravail?			
Avez-vous bénéficié d'une information préalable sur l'installation ergonomique du poste de travail?			
LOCAUX	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
Disposez-vous d'un espace de travail dédié?			
Sa surface permet-elle d'installer aisément du mobilier de bureau?			
Sa surface permet-elle de circuler aisément?			
Le sol est-il dépourvu de fils, tapis, marche isolée, bosse ou trou?			
La nature du sol est-elle non glissante?			
Si l'accès se fait via un escalier, celui-ci est-il doté d'une rampe?			
Réalisez-vous un entretien régulier de votre espace de travail?			
Les prises et interrupteurs sont-ils en bon état?			
L'installation est-elle reliée à un disjoncteur différentiel 30mA?			
AMBIANCES DE TRAVAIL	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
Votre espace de travail est-il ventilé?			
Votre espace de travail est-il chauffé?			
Votre espace de travail est-il doté de fenêtres?			
Disposez-vous d'un éclairage artificiel évitant les éblouissements?			
Pouvez-vous installer votre écran perpendiculairement à la fenêtre?			
Disposez-vous de stores?			
Votre espace de travail est-il au calme?			

MOBILIER	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
Disposez-vous d'un bureau de hauteur adaptée?			
Vos jambes ont-elles un espace de mobilité suffisant sous le bureau?			
Votre chaise de bureau est-elle réglable en hauteur?			
Est-elle dotée de roulettes?			
Est-elle dotée d'un dossier maintenant les lombaires?			
Est-elle dotée d'accoudoirs réglables en hauteur?			
Etes-vous installé de telle sorte que vos jambes et votre buste forment un angle droit?			
Etes-vous installé de telle sorte que vous avant-bras et vos bras forment un angle droit?			
Disposez-vous d'un repose-pieds?			
Avez-vous installé votre petit matériel d'usage courant à proximité sur votre bureau?			
EQUIPEMENT INFORMATIQUE	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
Si vous utilisez un ordinateur portable, disposez-vous d'un support spécifique?			
Votre écran est-il installé à une distance suffisante (mini distance bras tendu)?			
Votre écran est-il de taille adaptée à votre activité ?			
Le haut de votre écran est-il environ à la hauteur de vos sourcils (sauf verres progressifs écran plus bas)?			
Savez-vous régler la luminosité et le contraste de votre écran?			
Votre clavier et votre souris sont-ils installés près du bord du bureau (environ 10-15 cm)?			
Si vous utilisez 2 écrans, l'écran utilisé pour la rédaction est-il face à vous ?			
Les 2 écrans sont-ils de même taille et de même résolution?			
La connexion avec le réseau de la collectivité fonctionne-t-elle correctement?			
En cas de panne ou de dysfonctionnement, une procédure est-elle en place?			
Disposez-vous d'un sac à dos pour transporter votre équipement informatique et vos dossiers?			

TEMPS DE TRAVAIL	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
Votre temps de télétravail est-il encadré?			
Evitez-vous de travailler au-delà des plages déterminées?			
Faites-vous des pauses régulières?			
ORGANISATION DU TELETRAVAIL	OUI	NON	ACTIONS A PREVOIR
La confidentialité de vos coordonnées personnelles est-elle garantie (ex: transfert d'appel)?			
Les plages horaires où vous êtes joignable sont-elles précisées?			
Le télétravail est-il limité à 1 ou 2 jours par semaine?			
La communication des informations est-elle organisée avec vos collègues?			
La communication des informations est-elle organisée avec votre encadrant?			
Des réunions de service/ d'équipe sont-elles organisées?			
Le contenu et les objectifs du télétravail font-ils l'objet d'une concertation avec votre encadrant?			
La réalisation des activités et l'atteinte des objectifs font-ils l'objet d'un suivi avec votre encadrant?			
Ce suivi est-il régulier?			