

Webinaire

1 HEURE

POUR PARLER

PRÉVENTION

Mardi 17 mars 2026

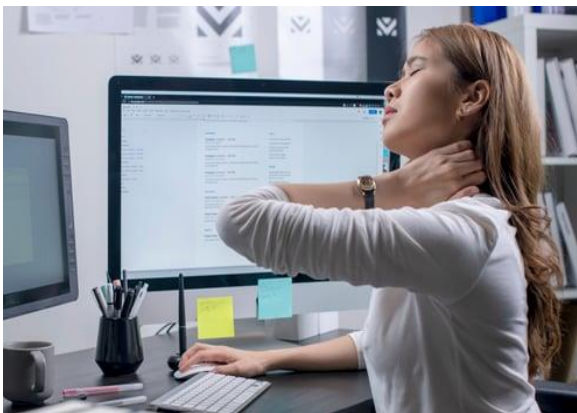


Sommaire

- 1. Installation et aménagement d'un poste administratif**
- 2. Produits chimiques et agents d'entretien des locaux**

- **Installation et aménagement
d'un poste administratif**

Le travail sur écran : les principaux effets sur la santé



Troubles
musculosquelettiques



Fatigue visuelle



Effets liés aux postures
sédentaires



Risques
psychosociaux

Installation et aménagement d'un poste administratif

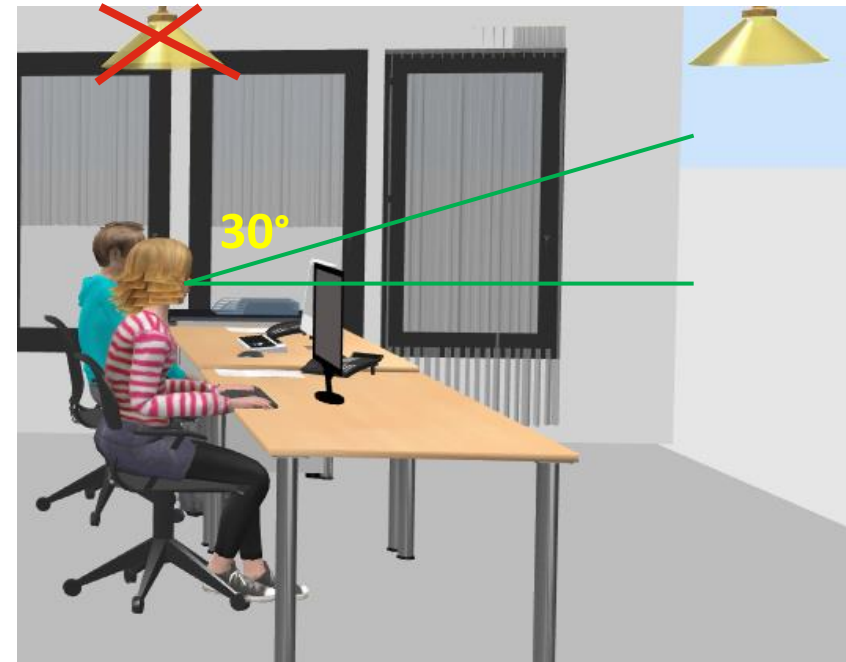
Pour prévenir et limiter les effets, il est notamment conseillé d'être vigilant sur :

- L'aménagement et l'implantation des postes de travail
- Le choix du matériel
- Le contenu et l'organisation des tâches de travail
- L'affichage des informations à l'écran
- Etc.



L'implantation du plan de travail

- Favoriser l'homogénéité entre les ambiances lumineuses
- Eviter les éblouissements, les contrastes lumineux entre les différentes zones de travail

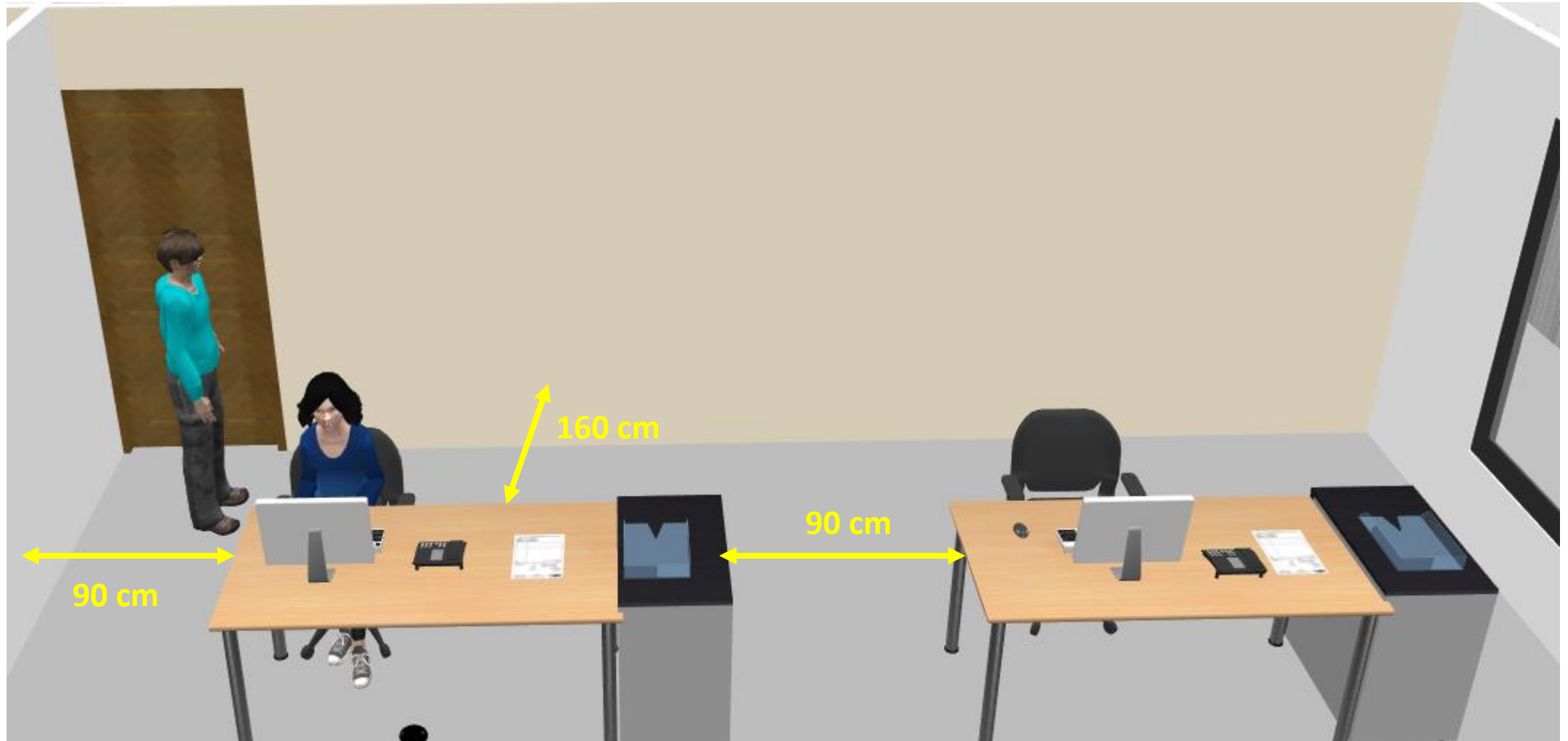


Un éclairage artificiel ne doit pas se trouver dans un angle de **30°** au-dessus de l'axe de vision

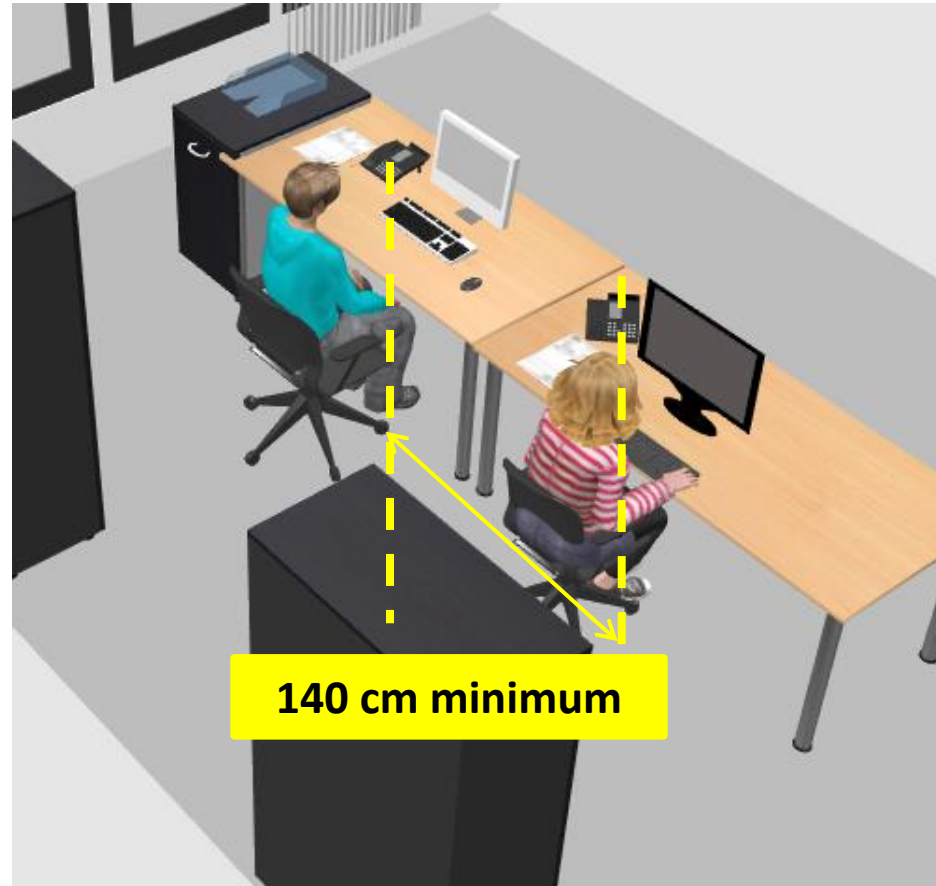
L'implantation du plan de travail



L'implantation du plan de travail



L'implantation du plan de travail



La posture



RESTER ACTIF

Marcher régulièrement
et privilégier les escaliers
plutôt que l'ascenseur



ALTERNER LES POSTURES

Varié les positions : assis, debout



TÉLÉPHONER DEBOUT

ou organiser certaines
réunions debout



SE DÉPLACER

Utiliser les équipements
les plus éloignés,
déplacez-vous pour
communiquer



S'ÉQUIPER

Installez des bureaux
réglables en hauteur



La posture



Privilégier l'alignement écran, clavier, agent

Le choix du plan de travail

Les caractéristiques du plan de travail sont à déterminer en fonction des tâches effectuées :

- Rectangulaire
- Profondeur minimal **80 cm**
- Longueur
- Surface mate
- Prévoir goulotte
- Cache jupe si accueil
- Espace sous le plan de travail



140 cm



160 cm



180 cm

Le choix du siège

Il est conseillé que le fauteuil dispose des caractéristiques suivantes :

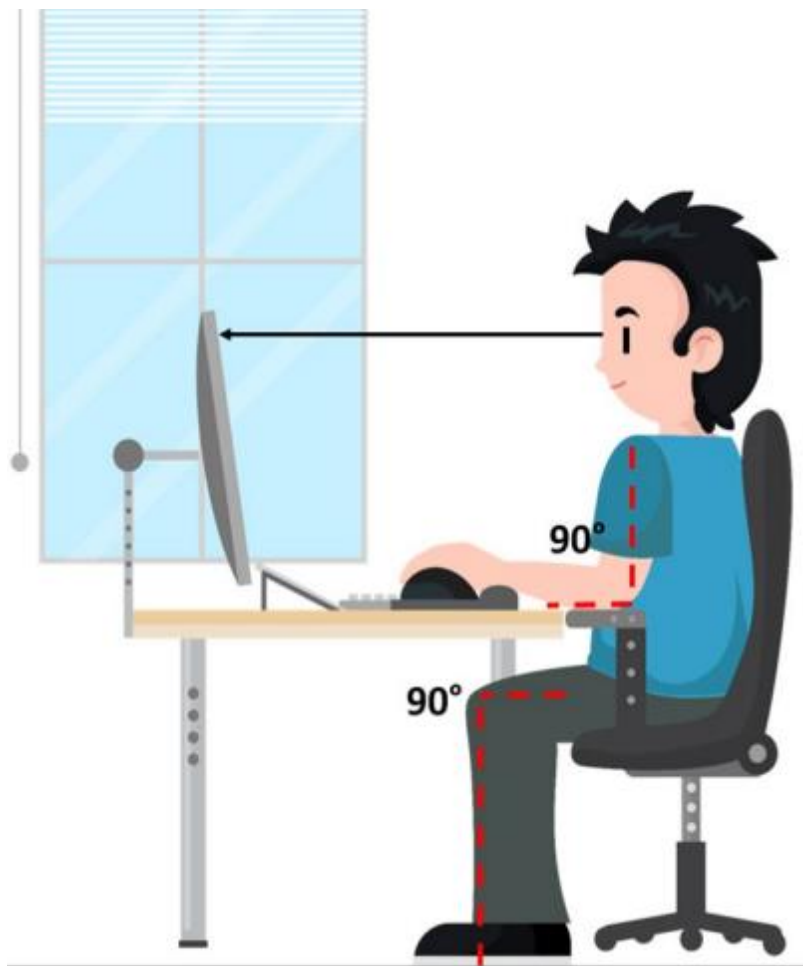


- Dossier haut et réglable en hauteur
- Plateau d'assise réglable en hauteur et en profondeur
- Accoudoirs courts et réglables (en hauteur et en écartement à minima)
- Piètement avec 5 branches
- Des roulettes adaptées au type de sol
- Densité de mousse d'au-moins 55 kg/m^3 pour l'assise



L'appui-tête ?

Les réglages du siège



Repose-pieds ?

L'écran

Il est conseillé que l'écran soit :



- Réglable en hauteur
- Orientable
- Inclinable
- Dalle mat

Les dimensions doivent être adaptées aux exigences de l'activité et au niveau de résolution

Un affichage sur fond clair doit être privilégié

L'écran



L'écran



Pour un ordinateur portable, prévoir un rehausseur d'écran ainsi qu'un clavier et une souris déportés.

Double écran



Clavier



Le clavier doit être dissocié de l'écran

Clavier



Les pointeurs

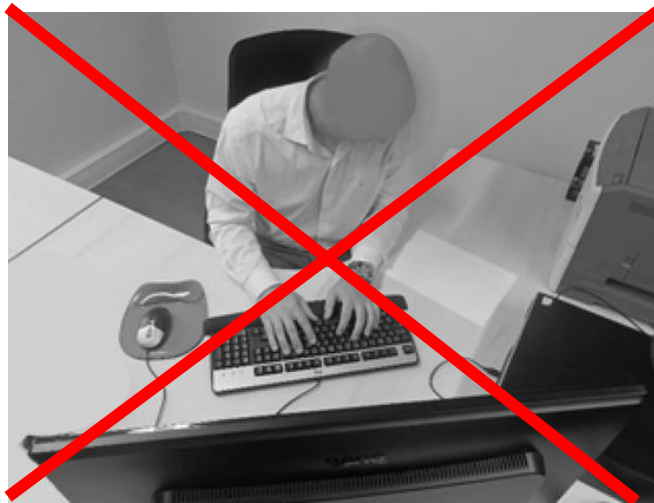
Il est conseillé que la souris soit:



- Située dans l'alignement de l'épaule
- Positionnée au plus près du clavier
- Disposer d'un tapis de souris avec un repose-poignet en gel **ou** une souris verticale
- Souris adaptée à la taille de la main

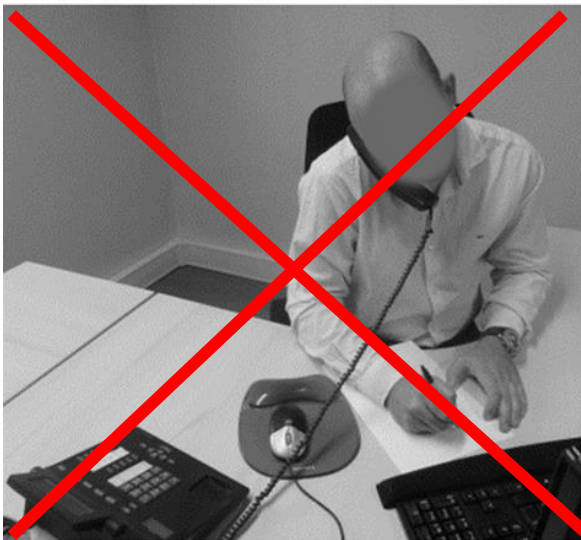
Les documents

En cas de consultations fréquentes de documents, limiter les tensions cervicales.



Le téléphone


Il est recommandé de placer le téléphone du côté opposé à la main qui écrit.



Les documents du CDG76 à votre disposition

Fiche prévention

LES AMÉNAGEMENTS DU POSTE BUREAUTIQUE



PLAN DE TRAVAIL

- Eviter de placer des objets sous le plan de travail qui gêneraient le placement/mouvement des membres inférieurs.

SIEGE

- Régler la hauteur du plateau d'assise de telle sorte que les cuisses soient à l'horizontale par rapport au sol ;
- L'angle genou-cuisse droit former un angle d'environ 90° ;
- Les pieds reposent de préférence à plat sur le sol ou éventuellement sur un repose-pieds ;
- Les accoudoirs sont dans le prolongement du plan de travail.

ÉCRAN

- Placer le haut de l'écran à la hauteur des yeux (voir schéma ci-contre) ;
- En cas de port de verres progressifs, placer le haut de l'écran plus bas ;**
- Ecran perpendiculaire au regard ;
- Placer l'écran perpendiculairement à la fenêtre la plus proche ;
- Avoir une distance œil-écran entre 600 et 800 mm selon la taille de la police d'écriture et de l'écran (= longueur du bras tendu).

SOURIS

- Située dans l'alignement de l'épaule ;
- Positionnée au plus près du clavier ;
- Disposer d'un tapis de souris avec repose-poignet ;
- Avec une souris verticale, un repose-poignet n'est pas nécessaire pour le tapis de souris.

CLAVIER

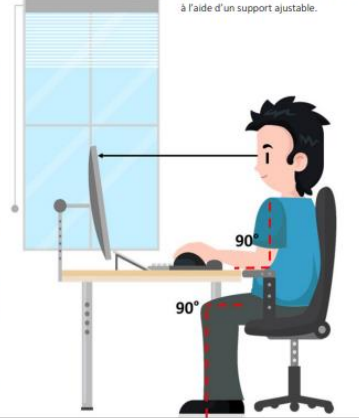
- Clavier à plat, sans les pattes relevées ;
- Les mains dans le prolongement des avant-bras.

TELEPHONE

- Placer le téléphone du côté opposé à la main qui écrit.

DOCUMENTS

- Placer le document entre le clavier et l'écran à l'aide d'un support ajustable.



Centre de Gestion
de la Fonction Publique Territoriale de la Seine-Maritime

40 allée de la Ronce ISNEAUVILLE - CS 50072 - 76235 Bois-Guillaume cedex • Tél : 02 35 59 71 11 - Fax : 02 35 59 94 63

[ACCÉDER](#)

Fiche prévention AMÉNAGEMENT POSTES / LOCAUX

LE TRAVAIL SUR ÉCRAN



PRINCIPAUX ASPECTS REGLEMENTAIRES

- L.4121-1 à 3 du Code du travail définit les principes fondamentaux de la protection des travailleurs ;
- L'article R.4213-2 ; R.4213-3 ; R.4223-3 ; R.4542-15 du Code du travail, sur l'ambiance lumineuse et sonore ;
- L'article R.4213-7 et R.4542-14 du Code du Travail sur l'ambiance thermique et ambiance humide ;
- L'article R.4542-6 à 7, du Code du Travail concernant les caractéristiques de l'écran et des claviers ;
- L'article R.4542-16, du Code du Travail sur la formation et l'information sur les modalités d'utilisation de l'écran et de l'équipement de travail.

Cette fiche prévention rassemble les principales données de santé concernant **les risques liés au travail sur écran** basés sur des recommandations, elle est utilisable par tous pour une meilleure prévention,



LES RISQUES LIÉS AU TRAVAIL SUR ÉCRAN

Le travail sur écran, surtout s'il est prolongé (plus de 4 heures par jour) et si le poste n'est pas adapté, peut avoir des effets sur la santé dont notamment :

Des Troubles Musculo-Squelettiques (TMS) :

Les postures mal adaptées peuvent provoquer :

- Des douleurs (contractures) de la nuque si l'écran est trop haut ou trop bas,
- Des douleurs lombaires si le siège est mal adapté ou l'utilisateur mal installé,
- Un fourmillement, engourdissement au niveau du poignet,
- Des tendinites liées à l'utilisation du clavier et de la souris.

De la fatigue visuelle :

La fatigue visuelle est majorée par un éclairage insuffisant, l'existence de reflets, un écran trop proche, mal positionné... Elle peut se traduire par des yeux secs, des picotements, des éblouissements, une myopie temporaire, des maux de tête. Selon votre activité et votre matériel, la luminosité à votre poste sera différente. L'INRS conseille un niveau d'éclairage de 200 à 300 lux pour un travail sur un écran à fond sombre et une luminosité de 500 lux pour travailler sur un écran à fond clair.



À savoir :

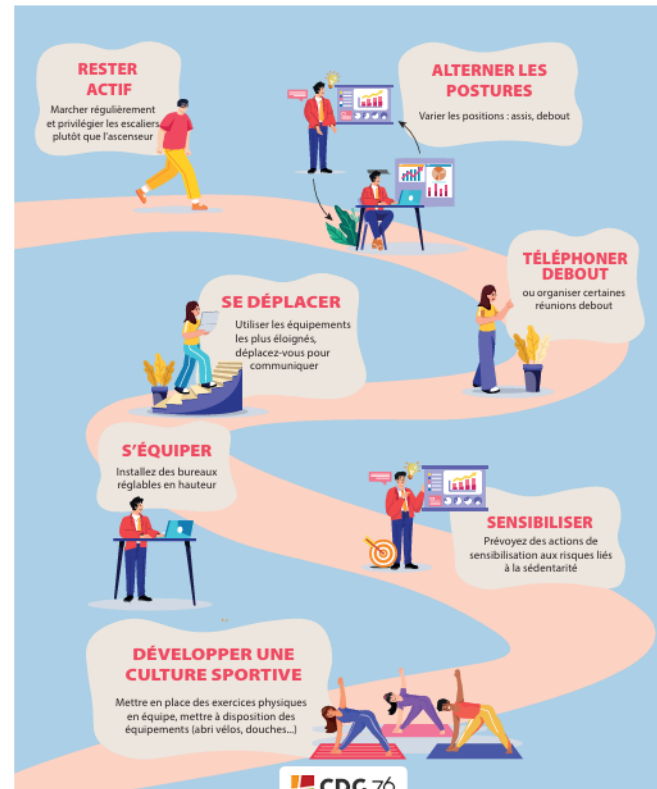
- La sécheresse oculaire peut être liée à l'empoussièrisme de locaux, à la position de votre écran par rapport aux sources lumineuses, à la climatisation des bureaux. Une humidité relative de 60 à 65 % serait souhaitable selon les recommandations de l'INRS.
- Le syndrome de l'œil sec (manque de larmes) est également favorisé par le travail sur écran, entraînant des irritations et des picotements. Un minimum de 40 % d'humidité est cependant requis pour éviter un dessèchement des muqueuses notamment oculaires d'après l'INRS.

[ACCÉDER](#)

Les documents du CDG76 à votre disposition

BOUGEZ PLUS, VIVEZ MIEUX !

EMPLOYEURS ET AGENTS : ENSEMBLE CONTRE LA SÉDENTARITÉ



[ACCÉDER](#)

ÉCHAUFFEMENTS

AGENTS ADMINISTRATIFS

Durée : environ 12 minutes



[ACCÉDER](#)

Produits chimiques et les agents d'entretien des locaux

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Les produits chimiques sont partout. Tout le monde utilise des produits chimiques, que ce soit lors d'activités professionnelles ou domestiques



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



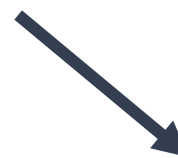
Agents chimiques dangereux
+ CMR 2

R4412-1 à 57 CdT

Evaluation des risques

- Tout agent chimique provenant de l'annexe I du règlement (CE) n° 1272/2008
- Tout **agent chimique** qui, en l'état ou au sein d'un mélange, peut présenter un risque pour la santé et la sécurité des travailleurs en raison de ses propriétés

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



CMR 1A et CMR 1B

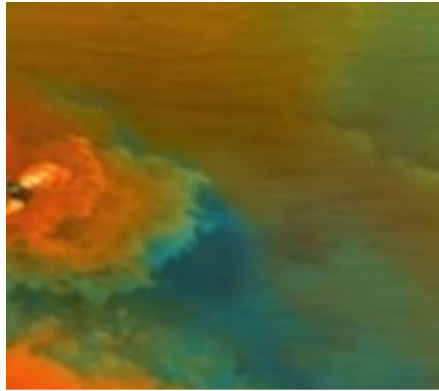
R4412-59



Evaluation des risques

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Le risque chimique peut engendrer :



- **Des accidents** : des dégagements de gaz toxiques, des incendies, des explosions, etc.
- **Des dégâts matériels**
- **Des troubles physiques** : maux de tête, irritation, vertige, etc.
- **Des maladies** : du sang, du système nerveux, des poumons, etc.
- **Une pollution** : rejet de matières dangereuses dans l'eau, l'air ou le sol

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Les dommages

Les modes de pénétration d'un produit chimique dans l'organisme mènent à **l'INTOXICATION**

Accident

Situation dangereuse



Dompage → Lésion

Intoxication aiguë



Chronique

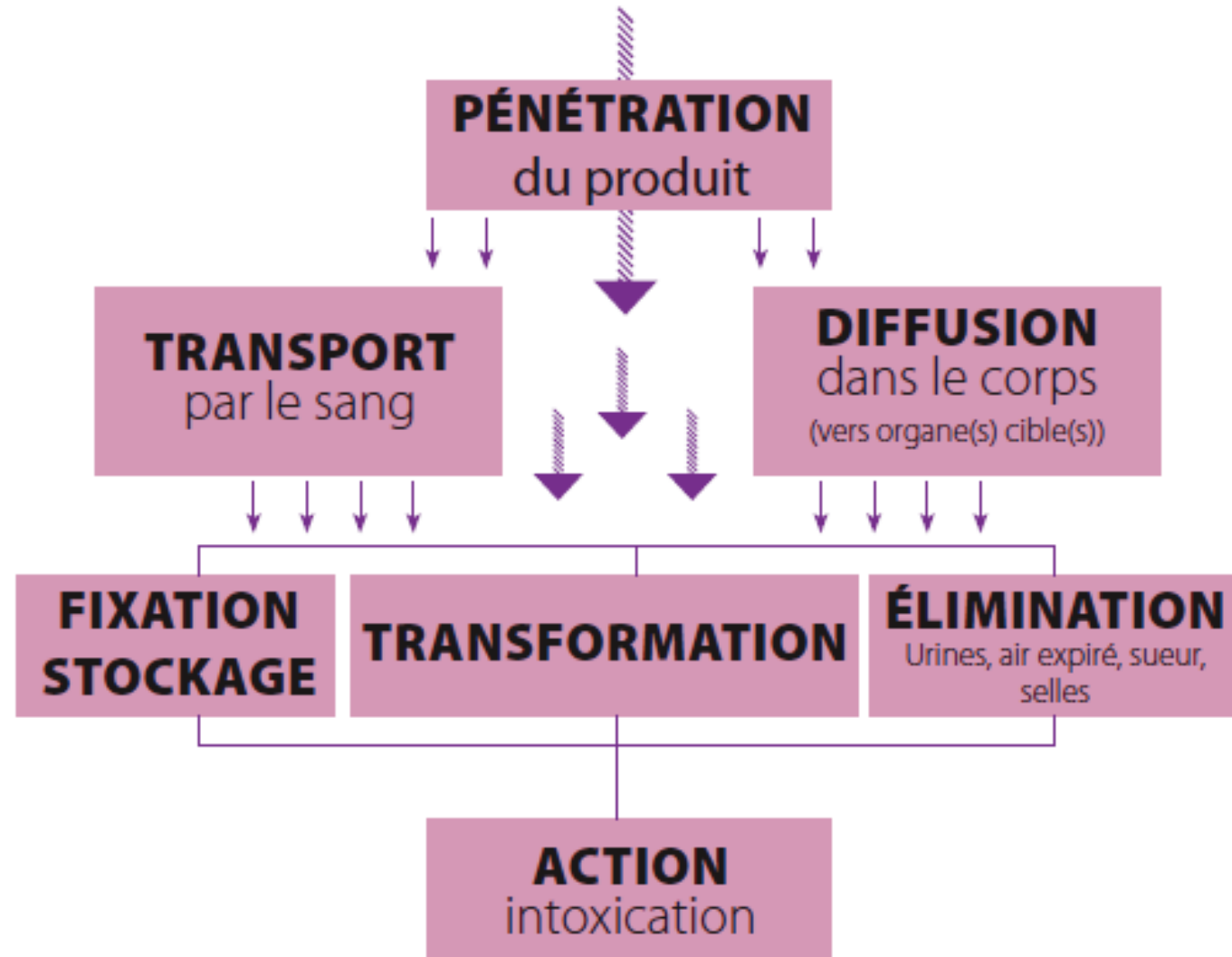
Exposition



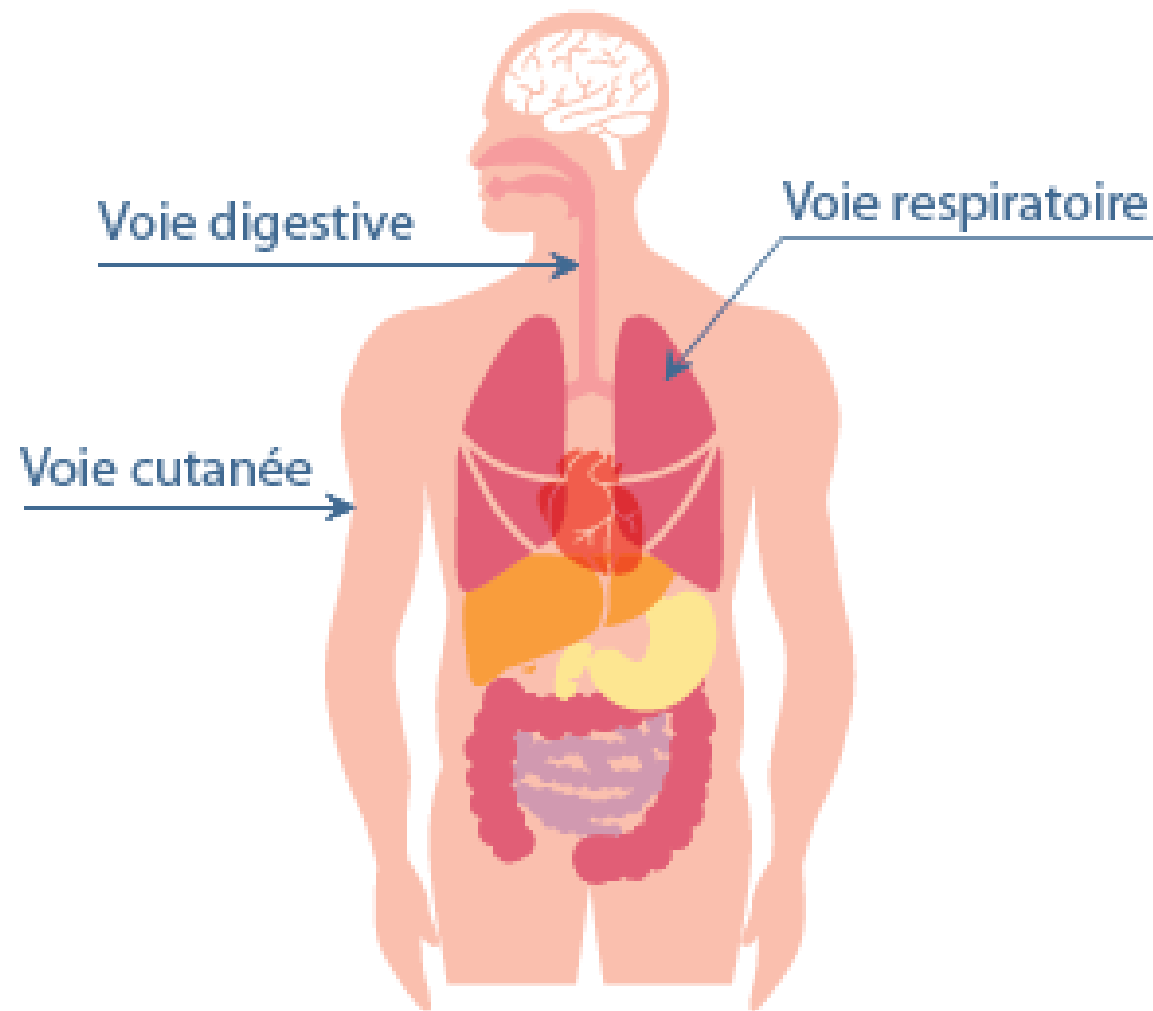
Dompage → Maladie

Intoxication chronique

Produit chimique et agents d'entretien des locaux

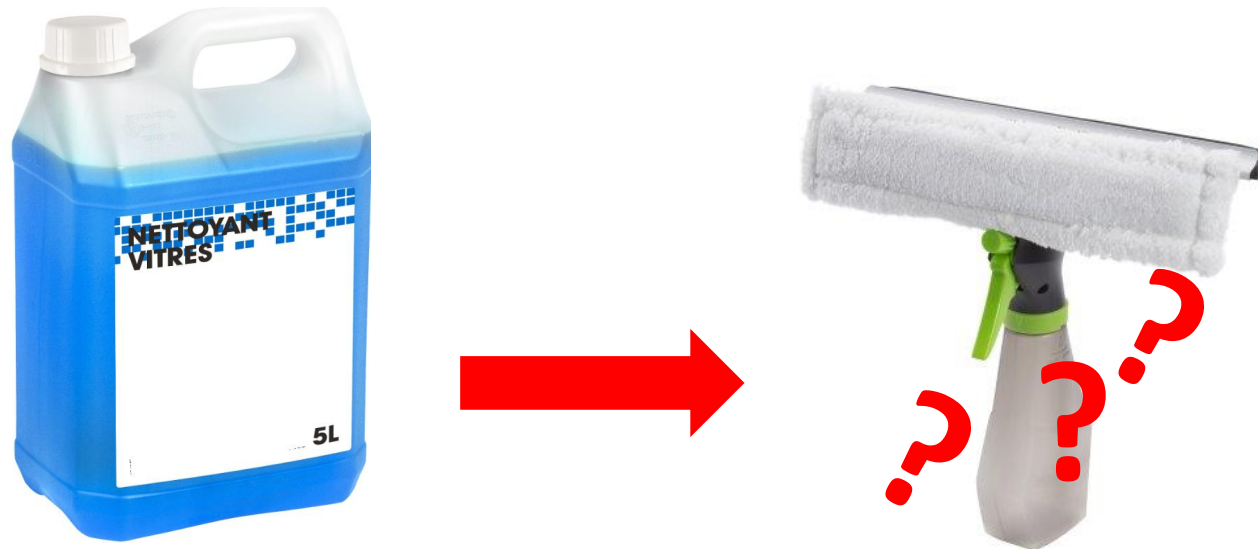


Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Identification des produits dangereux



L'étiquette doit être **impérativement** présente sur le récipient d'origine et sur chacun des emballages successifs après transvasement et reconditionnement

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Depuis le 1er juin 2017,



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



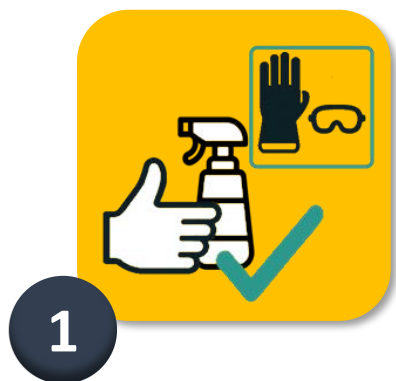
Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



Obligation générale de sécurité

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Proposition d'une démarche de prévention :



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

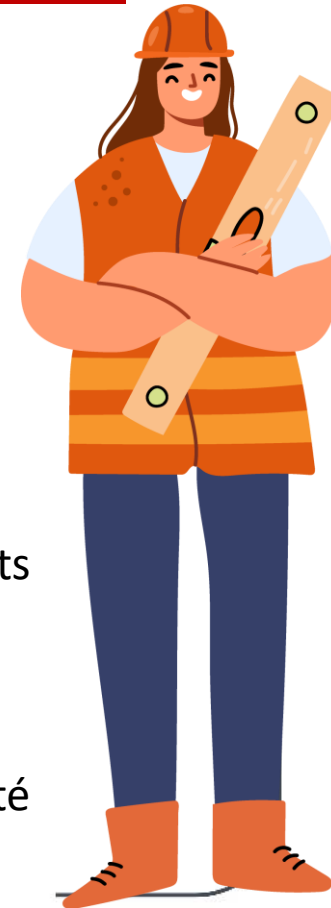
Agents chimiques dangereux +
CMR 2

Renouvelée
périodiquement

l'évaluation des risques prend en compte notamment



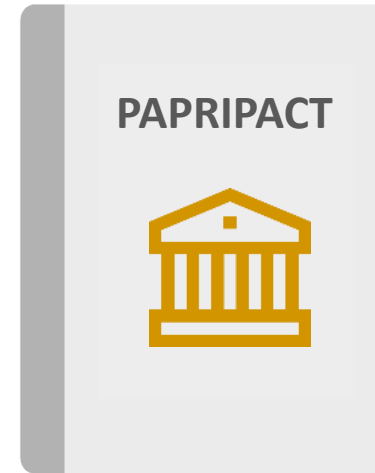
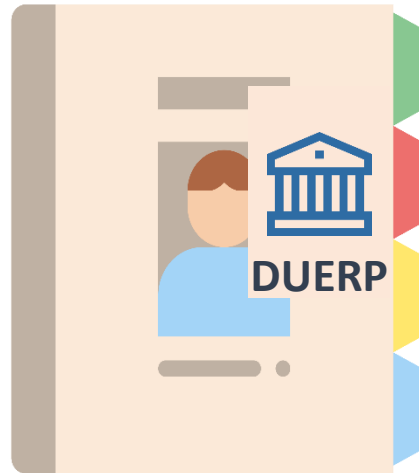
- Les propriétés dangereuses des agents chimiques
- Les informations relatives à la santé et à la sécurité communiquées par le fournisseur
- La nature, le degré et la durée de l'exposition
- Les conditions dans lesquelles se déroulent les activités
- En cas d'exposition simultanée ou successive à plusieurs agents chimiques, les effets combinés de l'ensemble de ces agents
- Les valeurs limites d'exposition professionnelle et biologique
- L'effet des mesures de prévention prises ou à prendre sur le risque chimique
- Les conclusions fournies par le médecin du travail concernant le suivi de l'état de santé des travailleurs



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



Agents chimiques dangereux +
CMR 2



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



SEIRICH
Évaluer le risque chimique

Produit chimique et agents d'entretien des locaux



Fiche de Données de Sécurité (FDS)

Produit chimique et agents d'entretien des locaux

Les Fiches de Données de Sécurité

La FDS est une « carte d'identité » du produit. Ce document renseigne notamment l'utilisateur sur les caractéristiques techniques et physiques du produit



- Fournie **gratuitement** en **français** à l'utilisateur par le fabricant ou le vendeur
- Obligatoire pour tous les produits dangereux
- Doit être transmise au **médecin du travail** et consultable par les agents

Produit chimique et agents d'entretien des locaux

Les Fiches de Données de Sécurité



- Les mesures de premiers secours
- Les précautions à prendre pour le stockage et la manipulation
- Les EPI (section 8)
- Les propriétés physicochimiques (section 9)

Pas de durée de validité de la FDS

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



- L'absence de symbole de danger ne signifie pas que le produit est sans danger
- De nombreux produits peuvent être classés dans plusieurs catégories car ils possèdent des critères de dangerosité variés
- Attention aux produits avec les dénominations : « senteur nature », « écologique », etc.

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux















Le stockage des produits



- Privilégier un endroit sec et à l'abri de l'humidité
- Dans une pièce ventilée avec une bouche d'aération naturelle
- Dans une rétention
- Dans un local fermé à clé si possible
- En petites quantités

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

STOCKAGE DE PRODUITS CHIMIQUES
schéma indiquant les incompatibilités

							
	+	-	-	+	+	-	-
	-	+	-	○	○	-	-
	-	-	+	+	+	-	-
	-	○	+	+	+	-	-
	-	○	+	+	+	-	-
	-	-	-	-	-	+	-
	-	-	-	-	-	-	+

Les acides et les bases concentrés doivent être stockés séparément.



Ne doivent pas être stockés ensemble



Ne doivent être stockés ensemble que si certaines dispositions particulières sont appliquées



Peuvent être stockés ensemble

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Le stockage des produits



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Former et informer



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



L'employeur, pour toutes les activités comportant un risque d'exposition à des agents chimiques dangereux, prévoit des **mesures d'hygiène** appropriées



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

PRODUIT

DESPOT GEL EXPRESS

Conditions d'emploi

Déboucher avec précaution comme indiqué, sans comprimer le flacon. Verser doucement un demi-flacon, même s'il y a de l'eau stagnante (pour WC et grosses canalisations : verser tout le flacon). Reboucher soigneusement le flacon après usage et avant de le jeter. N'ajouter ni eau bouillante, ni aucun autre produit. Laisser agir 30 minutes.

Dans les cas difficiles, renouveler et laisser agir toute la nuit.

Rincer abondamment (surtout WC à fosse sceptique). Protéger vos mains, vos yeux et votre visage.

Précaution d'emploi

Conserversousclésethorsdelaportéedesenfants.Nepasstocker à proximité de produits ou de préparations à caractère acide. Ne pas transvaser. Ne jamais utiliser de récipient intermédiaire lors de l'utilisation ou du stockage. Utiliser hors de la présence des enfants. Empêcher l'accès aux sanitaires en cours de traitement. **NEPASMÉLANGERAVECD'AUTRESPRODUITSMÉNAGERS.** Ne pas utiliser sur l'aluminium, l'étain, le zinc et leurs alliages. Éviter le contact avec les yeux.

Protection collective

Protection individuelle



Porter des gants appropriés et un appareil de protection des yeux.

Hygiène

Se laver les mains après utilisation.

Traitement des déchets

Ne pas réutiliser le récipient vide. Le rincer et le reboucher avant de le jeter à la poubelle.

MIS À JOUR : SEPTEMBRE 2019

RISQUES



C-CORROSIF. Contient de la soude caustique. Provoque de graves brûlures.

Contact avec les yeux : le contact avec les yeux peut provoquer des dommages irréversibles pour les yeux.

Contact avec la peau : le contact avec la peau peut provoquer de graves brûlures chimiques.

Inhalation : l'inhalation de vapeurs peut provoquer l'irritation du système respiratoire.

Ingestion : l'ingestion peut provoquer de graves dommages irréversibles, voire mortels.

EN CAS DE :

La rapidité des secours est essentielle.
Obtenir immédiatement le concours d'un médecin

Contact avec les yeux : rincer abondamment à l'eau (au moins 15mn) et consulter un médecin.

Contact avec la peau : rincer abondamment à l'eau (au moins 15mn). Si une irritation persiste, consulter un médecin.

Inhalation : faire respirer l'agent à l'air libre et consulter un médecin.

Ingestion : rincer abondamment la bouche à l'eau. Ne pas faire vomir. Appeler un médecin en urgence et lui montrer l'emballage.

Dispersion accidentelle : assurer une protection personnelle adéquate pendant l'évacuation des produits. Pour des petites quantités (+/- 1L), diluer le produit à l'eau, le rejeter à l'égout.

Projection : enlever immédiatement tout vêtement souillé ou éclaboussé.

Incendie : pas d'exigences spécifiques concernant le moyen d'extinction. Les moyens de protection en cas d'incendie : appareils respiratoires et vêtements de protection adéquats. Produits de combustion dangereux : oxydes d'azote, gaz, ammoniac.

CONTACTEZ :

La composition de la préparation est déposée auprès du Centre Anti-Poisons de Paris :

Centre Anti-Poisons - Hôpital Fernand Widal - 01 40 05 45 45

Les services de secours : 15 ou 112

La notice de poste

- Les différentes phases de travail
- Les règles d'hygiène
- Les mesures d'urgence en cas d'accident
- Les dispositifs de premiers secours
- Les risques associés ainsi que les mesures de prévention pour éviter ces risques

La notice doit être facilement accessible et correctement lisible

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

La notice de poste



Lorsque les résultats de l'évaluation des risques montrent que l'exposition à l'agent chimique présente un risque faible, l'employeur **n'a pas l'obligation d'établir** une telle notice, excepté pour les produits CMR

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



L'assistant de prévention :

Assiste et conseille l'Autorité en matière de prévention du risque chimique

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



L'agent :

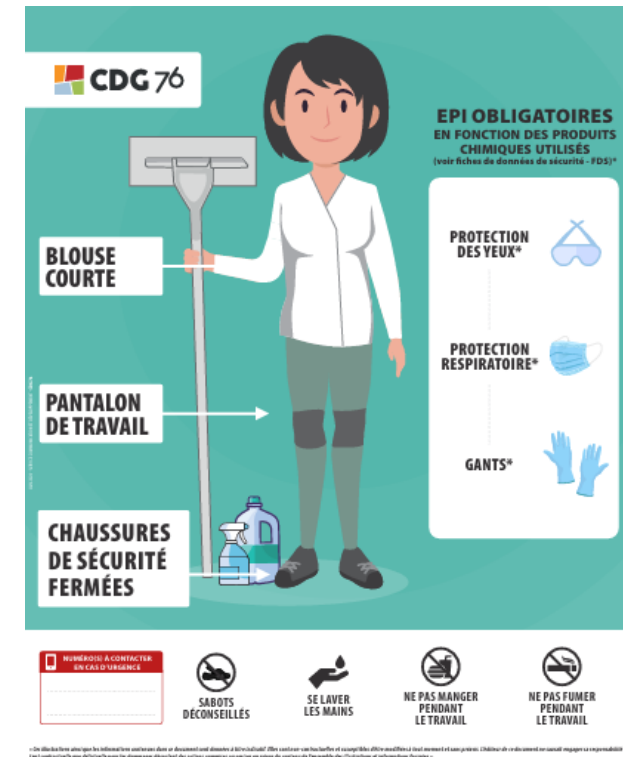
- Accueil sécurité
- Être formé sur les risques
- Savoir lire les étiquettes de danger
- Informer le médecin du travail en cas d'exposition
- Respecter les consignes dont notamment le port des EPI si besoin

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

En entretien

- Blouse courte
- Gants adaptés FDS
- Chaussures de sécurité
- Lunettes de protection
- Masque / masque à cartouche selon FDS
- Combinaison jetable
- Protection auditive (selon équipement)

Liste à adapter selon l'évaluation des risques



[ACCÉDER](#)

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

Protection du risque chimique



JKL

Lettre	Produit chimique	Classe
A	Méthanol	Alcool primaire
B	Acétone	Cétone
C	Acétronitrile	Nitrile
D	Dichlorométhane	Hydrocarbure chloré
E	Carbone disulphide	Composé organique contenant du soufre
F	Toluène	Hydrocarbure aromatique
G	Diéthylamide	Amine
H	Tétrahydrofurane	Éther hétérocyclique
I	Éthyle acétate	Ester
J	N-heptane	Hydrocarbure saturé
K	Hydroxyde de sodium 40%	Base inorganique
L	Acide sulfurique 96%	Acide minéral inorganique, oxydant
M	Acide nitrique 65%	Acide minéral inorganique, oxydant
N	Acide acétique 99%	Acide organique
O	Ammoniaque 25%	Base organique
P	Peroxyde d'hydrogène 30%	Peroxyde
Q	Acide fluorhydrique 40%	Acide minéral inorganique
R	Formaldéhyde 37%	Aldéhyde

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



- Favoriser les mélanges prêts à l'emploi ou les centrales de dilution
- Respecter les consignes de dilution

Produits chimiques et agents d'entretien des locaux

L'INRS, alerte concernant le nettoyage à l'aide **de l'eau ozonée**



Produits chimiques et agents d'entretien des locaux



Produits dangereux
Comment prévenir les risques ?

Le risque chimique

Le **CDG 76** vous accompagne

[ACCÉDER](#)

AGENT D'ENTRETIEN
Équipements de Protection Individuelle

CDG 76

EPI OBLIGATOIRES
EN FONCTION DES PRODUITS
CHIMIQUES UTILISÉS
(voir fiches de données de sécurité - FDS)*

PROTECTION DES YEUX*

PROTECTION RESPIRATOIRE*

GANTS*

BLOUSE COURTE

PANTALON DE TRAVAIL

CHAUSSURES DE SÉCURITÉ FERMÉES

NUMÉRO À CONTACTER
EN CAS D'URGENCE

SABOTS DÉCONSEILLÉS

SE LAVÉR LES MAINS

NE PAS MANGER PENDANT LE TRAVAIL

NE PAS FUMER PENDANT LE TRAVAIL

[ACCÉDER](#)



Centre de Gestion

de la Fonction Publique Territoriale de la Seine-Maritime

40 allée de la Ronce - 76230 ISNEAUVILLE • Tél : 02 35 59 71 11