

L'UDPA est favorable au télétravail qui est bénéfique autant pour les salariés que pour l'entreprise.

Pour autant, l'UDPA est soucieuse de la préservation de la santé des salariés, que ce soit sur site ou en Télétravail

L'UDPA vous propose dans ce dossier des conseils et des pistes pour optimiser les effets bénéfiques du télétravail, et non ses inconvénients.

Que l'on soit en télétravail ou sur site, l'amélioration de l'ergonomie doit être une priorité.

DEFINITION L'ergonomie vise à organiser le travail en tenant compte des facteurs psychologiques, physiques, et sociologiques. Le but est d'améliorer les conditions de travail en matière de sécurité, de confort, de qualité, d'organisation, de fiabilité, tout en optimisant l'efficacité de production.

ZOOM SUR LES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

LA PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Les risques psychosociaux sont définis comme un risque pour la santé physique et mentale des travailleurs.

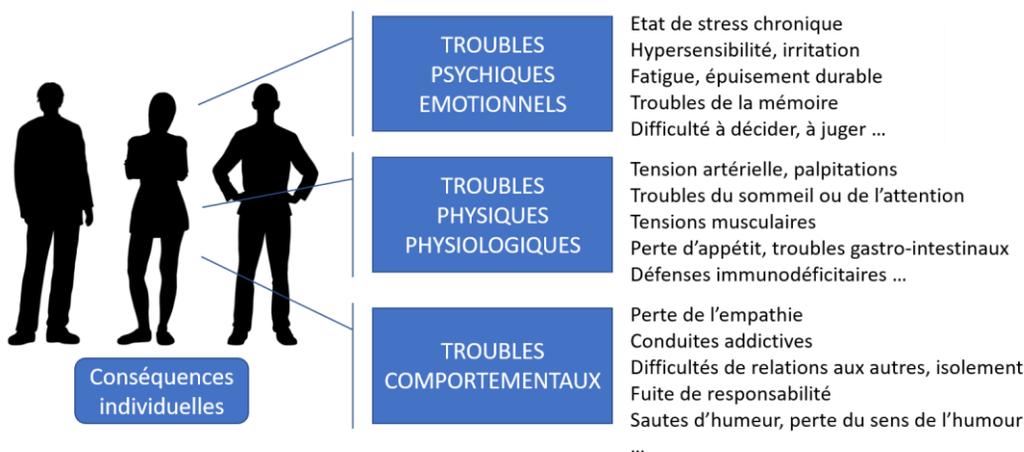
L'ergonomie intervient sur les facteurs des risques psycho-sociaux que sont l'intensité du travail, les exigences émotionnelles, les rapports sociaux, le niveau d'autonomie

La prévention relève de mesures organisationnelles prises par l'Entreprise, en repérant et éliminant des pratiques abusives que le travail à distance peut générer et en définissant des règles claires, connues et partagées.



LES SIGNES D'ALERTE

Voici des signaux qui doivent vous alerter, vous amener à consulter la médecine du travail et à rencontrer vos représentants du personnel UDPA :



Il existe aussi au plan collectif des signes d'alerte, qui doivent être suivis par l'employeur, comme la diminution de la communication ascendante et descendante, la baisse de la productivité, l'absentéisme ... Vos élus suivent le bilan social remis par l'employeur tous les ans.

Vous voulez des précisions, contactez vos élus UDPA-UNSA sur service.udpa@axa.fr

RAPPEL DE CE QU'EST UNE POSITION DE TRAVAIL ADAPTÉE

Le portable n'a pas été conçu pour les personnes qui travaillent longtemps sur leur ordinateur. **Il est destiné aux salariés amenés à se déplacer souvent avec leur ordinateur** et, idéalement, ne doit pas être utilisé plus de 2 heures consécutives sans accessoires.

Les aménagements conseillés pour son utilisation sont:

- écran externe ou à défaut pour les portables équipés d'un écran de qualité et de taille suffisante, un support pour ordinateur portable, permettant de surélever l'écran à hauteur des yeux,
- clavier et souris séparés,

- station d'accueil pour brancher en permanence les équipements nécessaires,
- repose poignet.

Et bien sûr, il est important d'avoir un plan de travail à la bonne hauteur, avec un siège permettant un réglage en hauteur, un dossier inclinable pour permettre d'avoir le dos légèrement penché vers l'arrière et, si nécessaire, un repose pieds.

(fiche INRS [ed924](#))

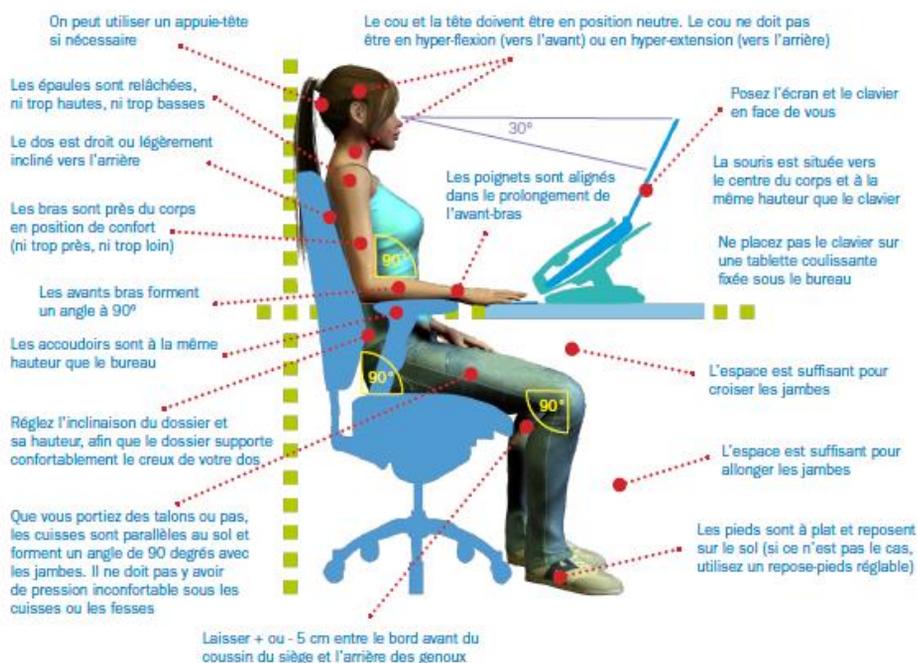
N'oubliez pas



Faites des pauses, 15 minutes toutes les 2 heures de travail sur écran sont recommandées.

Levez vous régulièrement et faites quelques pas. Bougez ! Aucune posture n'est bonne si elle est prolongée ...

N'oubliez pas non plus, le télétravail, c'est 7h17 par jour !



Vous voulez des précisions, contactez vos élus UDPA-UNSA sur service.udpa@axa.fr

VOS ÉLUS UDPA RÉPONDENT À VOS QUESTIONS.

Hassan AKID	51 99 54	Eric GRAZIANI	06 51 11 45 44	Jean-Marc PAGAU	52 87 81
Michele ALLEMAN DEQUIEDT	06 61 12 13 98	Sylvaine HARDY	07 80 97 65 88	Françoise SALA	58 46 33
Gilles BARY	54 48 02	Yassine KHESSOUMA	58 96 82	Christophe SESSIECQ	06 03 78 61 86
François BLANCHECOTTE	06 19 11 87 43	Anne-Charlotte LAUMONIER	06 07 56 95 64	Giulia SCHUMACHER	06 76 71 38 06
Xavier BOULLY	06 40 46 29 16	Dominique LE GALL	06 21 44 39 36	Christophe ROCHER	06 09 94 06 87
Yves BRETEL	56 05 45	Nathalie LOUSTALOT	06 79 61 60 97	Pascal SOULLARD	06 09 95 26 55
Pierre CLERC	06 98 53 73 00	Claudine MAGUSTO BOURGEOIS	06 60 64 93 65	Bertrand TESTU de BALINCOURT	06 84 79 30 76
Michel COLIN	01 47 74 02 19	Marie-Laure MARCHAND	06 88 53 25 47	Moussa TOURE	51 17 32
Patricia DUMAS	51 06 92	Corinne MARZOLF	57 52 76	Jean-Pierre VASSARD	52 72 29
Sophie DUMAS	52 87 35	Jaime MARTINS	06 18 44 52 22	Pourquoi pas vous ?	
Fernando JORGE	06 89 90 11 97	Katy NATIVEL	02 62 30 83 39		
Dominique GULLUSCIO	06 74 53 70 09	Nathalie PACITTI-DIAZ	57 52 02		