

# LE GRAND GUIDE SUR LE MILIEU DE TRAVAIL



*Tout ce que vous devez savoir*  
sur l'environnement de travail: la  
dimension physique et mentale, les  
règles et lois applicables.

L'environnement de travail a un impact majeur sur notre santé et bien-être. Bien heureusement, politiciens, employeurs et employés en sont bien conscients - et ce, depuis longtemps.

Il existe même des descriptions de conditions de travail et maladies professionnelles qui datent du 17ème siècle, réalisées par un docteur italien sur le milieu boulanger. Ces récits du 17ème siècle auraient pu tout aussi bien être écrits dans les années 90.

## Sommaire

Qu'est-ce-que  
l'environnement de travail?

Côté

3

Le cercle de  
l'environnement de travail

Côté

4

Les règles sur  
l'environnement de travail

Côté

7

Un bon  
environnement de travail

Côté

11

Un mauvais  
environnement de travail

Côté

12

Qu'est-ce-que l'environnement de travail?

# Que couvre l'environnement de travail ?

La notion d'environnement de travail comprend un vaste éventail de conditions qui, ensemble, établissent les conditions en matière de santé et de sécurité que votre travail doit respecter. Il couvre l'éventail complet des facteurs physiques et psychologiques qui vous affectent dans votre travail au quotidien.

Étant donné que les conditions spécifiques dépendent de votre travail, il peut y avoir une différence remarquable entre les différentes organisations, mais aussi au sein d'une même entreprise. Des réglementations différentes s'appliqueront à un employé d'entrepôt et à un employé de bureau.

Pour certains, les facteurs physiques sont les plus importants car il existe une menace imminente plus importante en raison de dangers apparents. Un travailleur d'échafaudage a besoin d'une sécurité adéquate contre le risque de chute et d'effondrement, tandis qu'un électricien doit se concentrer davantage sur le risque d'électrochoc. A l'inverse, un comptable a un risque minime d'être exposé à ces deux types de risques.

Cependant, il n'y a pas toujours un danger clair et présent qui doit être traité. Par exemple, un employé de bureau peut être à risque de dévelop-

per des souffrances passagères ou chroniques en raison d'une mauvaise ergonomie et des positions de travail inappropriées.

De plus, des conditions psychologiques telles que le volume d'heures de travail, le stress, la vie sociale et les structures organisationnelles peuvent affecter de manière importante le bien-être mental. Un patron ou un collègue ayant un comportement inadéquat ou intimidant peut constituer des problèmes pour le bien-être dans l'organisation.



Le cercle de l'environnement de travail

# Les deux faces de l'environnement de travail

Pour aborder pleinement un bon environnement de travail, il est nécessaire qu'une entreprise comprenne les différents facteurs affectant les travailleurs. D'une part, il y a les caractéristiques physiques telles que la conception du lieu de travail, les installations et d'autres aspects cou-

vrant les besoins physiques. D'autre part, se trouvent les facteurs psychologiques tels que les aspects sociaux, les horaires de travail, la gestion du personnel, etc.

Source : DARES

## Les facteurs physiques :

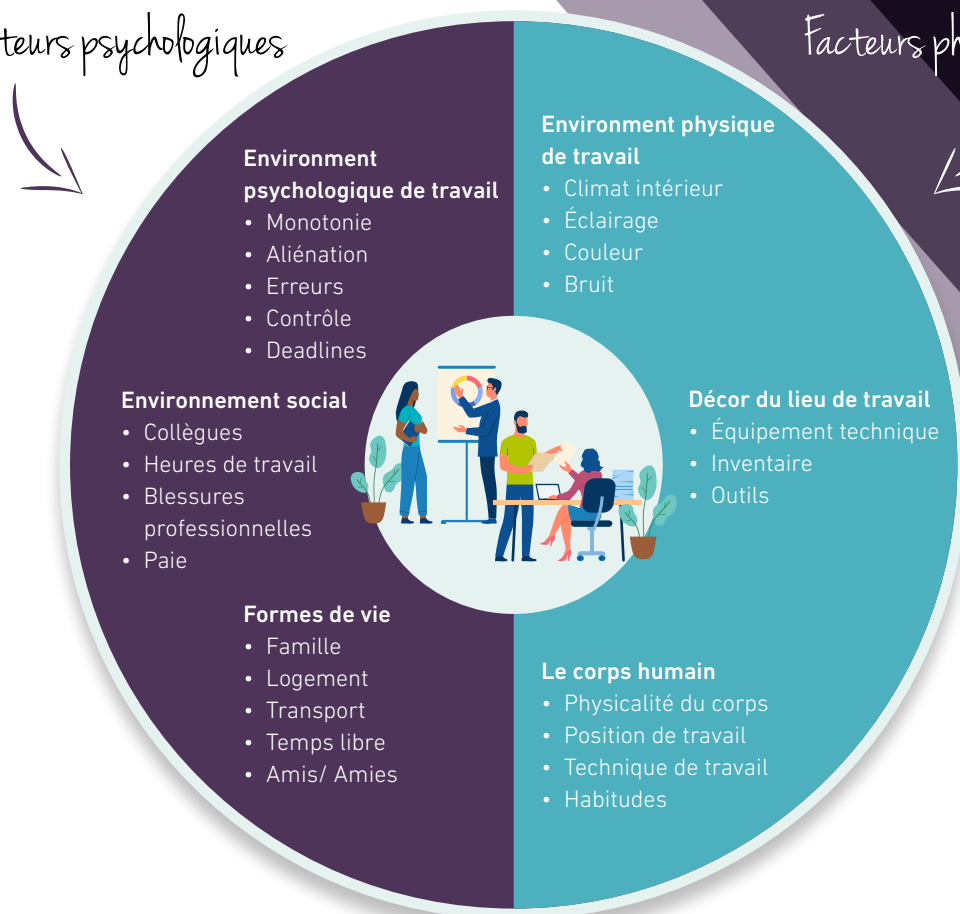
- Environnement physique de travail
- Conception de l'espace de travail
- L'anatomie humaine

## Les facteurs psychologiques :

- Environnement psychologique de travail
- Environnement social
- Que se passe-t-il en dehors du travail ?

Facteurs psychologiques

Facteurs physiques



## Facteurs Physiques

### Environnement physique de travail

Si vous vous demandez ce qui constitue l'environnement physique de travail, il recouvre toutes les conditions qui vous affectent physiquement, même si vous n'êtes pas en contact direct avec lui. L'environnement interne des bureaux comprend les niveaux de bruit, l'éclairage, la ventilation et l'espace.

### Conception de l'espace de travail

L'aménagement intérieur et la décoration couvrent tout ce qui touche à l'équipement et au mobilier. C'est là que votre bureau, votre chaise de bureau, votre ordinateur, votre clavier et votre souris entrent dans le cadre.

### L'anatomie humaine

Imaginez comment vous utilisez votre équipement et comment votre corps est positionné au travail dans cette section. Quelles sont les habitudes, techniques de travail et contraintes corporelles qui affectent votre santé ?

Source: DARES

# Facteurs Psychologiques

## **Environnement psychologiques de travail**

Les facteurs typiques de cette catégorie peuvent être liés à la répétition ou variation des tâches, à la façon dont les erreurs sont pointées et corrigées, mais également à la façon dont l'équilibre travail-vie personnelle est mis en place, comment votre temps est géré et à la manière dont la direction traite les délais. Il peut être défini comme le cadre organisationnel et structurel de votre travail.

## **Environnement social**

Vos collègues et la dynamique sociale au bureau sont essentiels sur le lieu de travail. Naturellement, nous avons tous des besoins sociaux individuels et des moyens de nous réaliser grâce à des relations interpersonnelles. Dans le cadre de l'environnement social, les heures de travail et la rémunération jouent également un rôle crucial, aux côtés des blessures liées au travail et à la fatigue mentale.

## **Que se passe-t-il en dehors du travail ?**

Mici, on parle de tout ce qui se passe dans la sphère privée qui peut jouer un rôle non négligeable dans votre travail. Il couvre les questions familiales et les relations sociales, les loisirs et le transport vers et depuis le travail - pour n'en nommer que quelques-uns.

Ensemble, ces facteurs constituent l'environnement de travail. La façon dont un employeur et ses employés doivent agir à leur égard fait partie de l'article L.4121-1 du Code du travail, mis en place en octobre 2017 constituant une obligation légale, et non optionnel, pour un employeur, d'assurer le bien-être de ses salariés au travail.

[Source: Harcelement.eu](http://Source: Harcelement.eu)

Les règles sur l'environnement de travail

# Réglementation de l'environnement de travail

Sur la question de la santé et de la sécurité au travail, un employeur se doit de respecter un certain nombre d'obligations vis-à-vis de la loi.

En effet, il est primordial pour un employeur de veiller à la santé et à la sécurité de ses employés par le biais de la mise en place de plans d'actions incluant la prévention, l'information et la formation. De plus, il se doit de veiller à une évaluation constante des risques professionnels sur le poste de travail de son employé.

Toutes ces informations sont consignées dans un document interne et en cas de non-respect de celles-ci, il se peut que la responsabilité pénale et/ou civile de l'employeur soit engagée.

Une liste à destination des employeurs est disponible regroupant

les actions de prévention des risques professionnels qui se doivent d'être respectées.

Cette liste prend en compte notamment les risques de chutes de hauteur (au-dessus d'une certaine hauteur, l'utilisation d'une échelle est interdite et la mise en place d'une plateforme sécurisée est obligatoire), mais également les risques d'entrée en contact avec un élément fonctionnant sur une machine. Néanmoins, les risques psychosociaux sont également inscrits dans cette liste, prenant en compte l'interdiction de la surcharge de travail, les agressions et violences en interne mais également en externe, et bien d'autres.

*Cette liste est consultable [ici](#).*

L'accès aux actions d'informations ainsi que de formations de la part d'un employeur, doit être accessible aux personnes embauchées, mais également au changement de poste de travail, les intérimaires et CDD et celles/ceux qui reprennent une activité à la suite d'une visite chez le médecin du travail.

Pour éviter cela, l'employeur se doit de mettre en place une organisation et des moyens pour satisfaire à un niveau de satisfaction sur le lieu de travail en adaptant et en donnant à ses employés des moyens pour travailler en toute sécurité (adapter un environnement en prenant en compte l'ergonomie de l'employé, modification des heures de travail, des équipements, etc.).

Pour satisfaire à l'évaluation obligatoire des risques dans l'entreprise, l'employeur se doit de remplir le DUER – Document Unique d'Évaluation des Risques professionnels comportant les éléments tels que l'inventaire des risques identifiés pour chaque poste de travail, la classification de ces risques ainsi qu'une proposition d'action à mettre en place pour chacun de ceux-ci.

Ce document est consultable par tous.

Source : Service-Public



## Les conseils des Autorités

La loi sur la santé et la sécurité au travail n'est pas suffisamment développée en soi, car elle ne décrit que les réglementations concernant l'environnement de travail général.

Les termes et conditions varient considérablement d'une industrie à l'autre, tandis que de nouvelles modifications sont systématiquement rédigées pour couvrir des aspects uniques.

En n'étant pas assez précis dans sa formulation, les autorités se laissent une marge de manœuvre pour atténuer en permanence les réglementations qu'elles publient comme lignes directrices.



## Exemple :

# Travail sur Écran – Réglementations et Normes

De nos jours, il existe des réglementations et des normes concernant le travail dit « sur postes munis d'écrans » régis par les articles du Code du travail de R. 4542-1 à R.4542-19. Ces articles fixent les règles et définissent les exigences en termes d'ergonomie pour l'organisation temporelle du travail, ainsi que le logiciel, l'affichage, le clavier, la table et tous les équipements de bureau.

De plus, des précisions ont été apportées sur ces dispositions à travers la circulaire DRT n°91-18 du 4 novembre 1991, en incluant cette fois-ci le temps de pause, les conditions d'ambiance et les caractéristiques de l'équipement de travail.

Ces dispositifs ont pour but de définir le temps de travail des employés travaillant avec des dispositifs dit « écrans de visualisation » en utilisation habituelle et pendant une partie non négligeable de leur temps de travail.

L'article R. 4542-3 amène également un aspect de bien-être devant venir de l'employeur qui se doit de prendre des mesures appropriées pour remédier aux risques constatés. Ainsi, l'em-

ployeur se doit de prendre en compte le temps de travail quotidien de ses employés en fonction de l'activité de celle ou celui-ci sur un poste d'ordinateur mais également par le biais d'un système de rotation de son temps, réduisant ainsi la charge de travail sur un écran (article R. 4542-4 du code du travail).

Ainsi, la norme internationale ISO 9241 Exigences ergonomiques pour le travail de bureau avec terminaux à écrans de visualisation a été publiée par l'Association française de normalisation – AFNOR, sous l'indice X35-122, prenant en compte l'affichage, l'environnement, et l'aménagement du poste, ainsi que tous les dispositifs d'entrée mais également de l'ergonomie du logiciel.

A l'échelle nationale, la norme française NF X 35-102 est celle dédiée à la conception ergonomique des espaces de travail aux bureaux, fixant ainsi des surfaces minimales dans ces espaces, pour les salariés.

Source: Institut National de Recherche et de Sécurité - INRS

---

En tant qu'employé, vous pouvez utiliser ces directives pour demander à votre employeur de fournir des conditions sûres et appropriées si votre équipement ou votre poste de travail ne respectent pas les normes requises par la loi.

Un bon environnement de travail

# Qu'est-ce qu'un environnement de travail idéal ?

Fondamentalement, un environnement de travail stable garantit que vous ne tombez pas malade en allant au travail - ni physiquement, ni psychologiquement. Votre corps peut subir de nombreuses contraintes telles que des blessures musculaires ou tendineuses, tandis qu'une surcharge psychologique peut entraîner du stress ou de la dépression.

## Environnement de travail idéal - comment ?

Un environnement de travail sain permet d'assurer une plus grande efficacité et de réduire les congés de maladie. En d'autres termes, il y a à la fois des coûts à économiser et des bénéfices à tirer de la création d'un meilleur environnement de travail.

Il s'agit d'un aspect essentiel de la prédication d'un accent plus fort sur la réduction et l'élimination des tensions physiques et psychologiques sur le lieu de travail. Un environnement de travail robuste nécessite souvent plus que l'achat du bon équipement, car les travailleurs ont également besoin d'instructions sur la façon de l'utiliser correctement.

En ce qui concerne les conditions psychologiques, l'influence des travailleurs devient encore plus critique. Ils jouent un rôle important pour assurer une bonne dynamique de travail en établissant un cadre socialement inclusif au déjeuner et dans la salle de pause.

Source : DARES



Un mauvais environnement de travail

# Qu'est-ce qu'un mauvais environnement de travail ?

S'il y a des facteurs au travail qui nuisent à votre santé mentale ou physique, vous êtes malheureusement employé dans de mauvaises conditions de travail.

Vous pouvez le dire de plusieurs façons, mais généralement, certains indicateurs remarquables apparaissent. Cela peut être des douleurs physiques dans le cou, les épaules ou les poignets, un mal-être mental, comme la dépression ou le stress, ou vous pouvez subir une véritable blessure au travail.

Malheureusement, de nombreux travailleurs en France subissent différents types de stress, de harcèlement ou d'intimidation au travail, tandis que d'autres souffrent de maux physiques après une journée de travail.

Ces conditions sont des indicateurs clairs d'un environnement de travail malsain.



# Mauvaises conditions de travail : que faire ?

Si vous travaillez dans un environnement malsain qui pose des défis physiques ou mentaux, vous ne devez jamais oublier que vous n'êtes pas seul.

## Cherchez de l'aide :

- 1 **Management** : Votre manager doit toujours aider à créer les meilleures conditions de travail possibles. En cas de difficultés, ils écoutent généralement et trouvent des moyens de s'améliorer. Si votre manager fait partie du problème, c'est différent.
- 2 **Représentants en santé et sécurité** : Vous consultez votre représentant en milieu de travail nommé par votre employeur et lui faites part directement de vos problèmes. Ils seront en mesure de vous aider à prendre les prochaines mesures appropriées.
- 3 **Syndicat** : Vos représentants syndicaux veillent à ce que votre environnement de travail soit sain et sécurisé. Ils peuvent vous aider à enquêter et à soulever des questions de santé et de sécurité auprès de votre employeur.
- 4 **Autorités** : le dernier recours consiste à s'adresser aux autorités pour fournir des informations sur la manière de modifier l'environnement de travail et accélérer la mise en œuvre de changements.

Source : Travail-Emploi : Conditions de travail, bilans et rapports

Contour Design est un leader du marché sur le développement et la conception de souris d'ordinateur ergonomiques et d'accessoires tels que RollerMouse, Unimouse, Contour Mouse et Balance Keyboard.

Contour Design, Inc. a été fondée en 1995 par Steve Wang et son siège social est situé à Windham, New Hampshire, aux États-Unis.

Ballerup, au Danemark, est le siège social de Contour Design Nordic, qui importe et commercialise ses produits au travers de filiales au Danemark, en Norvège, en Suède, en Finlande et au Royaume-Uni. Contour Design Nordic s'implique dans des partenariats avec des distributeurs d'équipements ergonomiques en Allemagne, en France, aux Pays-Bas, en Autriche ainsi qu'en Suisse.

contour 

Contour Design Nordic A/S  
Borupvang 5B, st.tv.  
DK-2750 Ballerup  
[info@contour-design.com](mailto:info@contour-design.com)