

## □ LES ÉCRANS CATHODIQUES NE SONT PAS DANGEREUX POUR LES YEUX □

**I**l n'est guère plus dangereux pour la santé visuelle de travailler pendant deux heures consécutives sur un écran cathodique que de lire un livre de façon soutenue pendant la même période.

Ce qui est dangereux finalement, c'est l'abus d'utilisation des terminaux à écran cathodique ainsi que les mauvaises conditions de travail dans lesquelles évolue l'utilisateur.

C'est ce qu'ont soutenu les docteurs Jean-Pierre Lagacé et Claude Léger lors du symposium annuel de l'Association des optométristes du Québec qui s'est tenu à Québec.

Il y a bien sûr des risques plus élevés pour les utilisateurs qui éprouvent déjà des problèmes visuels fonctionnels et pour ceux et celles de 40 ans et plus qui sont atteints de presbytie. Dans ces cas, l'utilisation de ces écrans risque de faire ressortir ces faiblesses et même de les empirer.

De même, les gens qu'on dit en forme vont généralement s'adapter plus facilement aux caractéristiques de cette tâche visuelle. Car c'en est une. Des

écrans cathodiques produisent, d'une façon temporaire et réversible, une fatigue visuelle et à divers degrés chez la moitié des utilisateurs.

Le Dr Lagacé recommande le port de lunettes ou de lentilles spéciales pour l'utilisateur des terminaux à écran cathodique qui est déjà atteint de presbytie.

« La spécificité de ce travail suppose donc une spécificité de la correction visuelle de la presbytie. On parlera alors de 'correction de travail' qui sera utilisée exclusivement lors du travail sur terminal ».

L'Association des optométristes du Québec formule plusieurs autres recommandations à l'intention des utilisateurs.

Elle recommande de créer une ambiance de travail confortable, en éliminant toutes les sources d'éblouissement et les bruits provenant des appareils et en maintenant une température particulière : entre 68 et 73 degrés Celsius et une humidité relative entre 50 p.c. et 60 p.c.

L'Association recommande aussi d'aménager les horaires de travail de

façon à permettre un repos de 10 à 15 minutes après des périodes de travail ininterrompu de 60 ou de 120 minutes, selon que ce travail est modéré ou intensif.

Pour les amateurs de jeux vidéo, l'association recommande de prendre un repos de 10 minutes après chaque demi-heure de jeu ininterrompu et de respecter les mêmes critères d'hygiène visuelle que pour l'écoute de la télévision : bonne ambiance lumineuse et distance d'écoute égale à 5 fois la grandeur de l'écran.

Il y a bien sûr des critères à observer quant à l'appareil lui-même et à sa disposition.

Les couleurs d'écran idéales sont le vert et l'ambre sur fond noir, tandis que le rouge sur fond noir serait catastrophique pour les yeux, selon le Dr Lagacé.

Le Dr Léger souligne finalement que les deux principales choses à retenir sont le fractionnement du travail (repos périodique) et l'emploi de lubrifiant oculaire pour éviter l'assèchement de l'œil □

16

## □ CIRCULAIRES CONCERNANT LES EMPLOYÉS ET LEUR FAMILLE □

### POLITIQUE SUR LE TABAC EN MILIEU DE TRAVAIL

Avis administratif n° 22  
le 1<sup>er</sup> juin 1987

Le 22 avril 1987, le président du Conseil du Trésor a annoncé les intentions du gouvernement concernant l'usage du tabac en milieu de travail.

Les employés sont déjà au courant de la politique du Ministère sur cette importante question puisqu'elle a été exposée dans la circulaire administra-

tive n° 24/86 (ABKE) et qu'elle est en vigueur depuis le 1<sup>er</sup> juillet 1986. Cette politique est entièrement conforme aux intentions déclarées du gouvernement et constitue une mesure provisoire en attendant l'issue des pourparlers au Conseil national mixte (CNM). Elle restera donc en place jusqu'à ce que ces consultations soient terminées. Elle a donné en général de bons résultats, mais il serait opportun de rappeler aux employés, notamment aux gestionnaires, qu'ils sont les seuls à pouvoir en assurer la réussite.

Le Comité mixte des Affaires extérieures sur la sécurité et la santé au travail, qui est formé de représentants de la gestion et des syndicats, a surveillé l'application de cette politique et estime qu'il faut décourager l'usage du tabac dans les corridors et autres aires ouvertes où les non-fumeurs se trouvent incommodés. La plainte la plus fréquente a trait aux employés qui fument le cigare ou la pipe en dehors de leur bureau ou qui fument tellement qu'ils gênent les non-fumeurs auprès d'eux □