

## **Bien voir !**

La plupart des plaintes liées aux postes de travail ayant un TÉV sont reliées à des problèmes d'éblouissement, à des insuffisances d'éclairage, à des problèmes de posture et au manque de contrôle sur les systèmes environnementaux de base. La présente section vous donnera des conseils en vue d'alléger ces problèmes.

Si l'on utilise le poste de travail pour effectuer d'autres types de tâches, l'environnement visuel doit répondre à la fois aux besoins de l'utilisateur du TÉV et des autres utilisateurs. L'éclairage doit être équilibré. Il doit être suffisant pour vous permettre de lire les imprimés, et il ne doit pas être trop brillant, ce qui vous empêcherait de bien lire à l'écran.

Les reflets et les ombres causent de la tension et de la fatigue oculaires, et si vous devez prendre une position inconfortable pour les éviter, la tension peut causer des douleurs dans le cou, dans les épaules et dans le dos. L'éblouissement est habituellement causé

par des reflets provenant de l'appareillage électrique, des fenêtres ou d'objets brillants. Déplacez ou couvrez ces objets, et n'accrochez aucune affiche en papier glacé derrière l'écran de votre TÉV. Les ombres sont causées par un manque d'éclairage ou par des appareils électriques mal placés, mais si vous essayez de trouver des endroits stratégiques pour mettre la lampe d'appoint, vous pouvez réussir à les éliminer de votre écran et de vos documents originaux.

Il existe un moyen efficace de détecter les sources indirectes d'éblouissement en vue de les éviter : posez un miroir à plat sur votre bureau, là où se trouvent normalement vos documents. Toute lumière réfléchi dans le miroir peut créer un éblouissement indirect.

