

**S**elon l'INRS (Institut National de Recherche et de Sécurité), l'organisme de référence dans les domaines de la santé au travail et de la prévention des risques professionnels, le télétravail désigne « toute forme d'organisation du travail dans laquelle un travail qui aurait également pu être exécuté dans les locaux de l'employeur est effectué par un salarié hors de ces locaux de façon volontaire en utilisant les technologies de l'information et de la communication ». Il doit porter sur des tâches qui auraient pu être exécutées dans les locaux de l'entreprise. Ne sont donc pas concernées les activités des travailleurs dits « nomades » dont l'activité ne peut s'exercer de façon sédentaire. Les modalités de mise en œuvre du télétravail sont fixées par le Décret n° 2020-524 du 5 mai 2020. Sauf circonstances exceptionnelles prévues par le Code du travail (menace d'épidémie ou cas de force majeure), le télétravail ne peut pas être imposé au salarié.

**Si le Télétravail tend à se généraliser, impulsé par la crise sanitaire, il convient d'en mesurer les différents impacts & conséquences (bénéfices et risques) pour le salarié.**

## Le cadre réglementaire

En application du Code du travail, l'employeur a les mêmes obligations en matière de prévention des risques professionnels à l'égard de tous les salariés, qu'ils soient télétravailleurs ou non : il est tenu de prendre les mesures nécessaires pour assurer leur sécurité et protéger leur santé physique et mentale.

Certaines dispositions relatives à la santé et la sécurité du Code du travail seront, cependant, limitées dans leur application en raison du caractère privé du domicile du télétravailleur : interdiction de fumer sur le lieu de travail, aménagement du poste de travail, organisation des secours en cas de malaise du télétravailleur...

# Préserver la santé et la sécurité des agents en Télétravail

Comme à l'égard de tout travailleur exerçant son activité professionnelle dans les locaux de l'entreprise et travaillant régulièrement sur écran, l'employeur doit prendre les mesures de prévention concernant le travail sur écran des télétravailleurs et en particulier, leur fournir du matériel informatique adapté (équipements bureautiques, logiciels appropriés...). Il doit en outre être vigilant sur l'aménagement ergonomique de l'espace de travail du télétravailleur (aération, surface minimale, adaptation du mobilier de bureau). Il semble donc intéressant de proposer des modèles d'aménagement d'espace de travail (Fiche pratique d'aménagement de mon espace de travail à la maison ?)

En matière de prévention du risque d'isolement social, l'employeur va veiller à préserver des modalités de contact régulier (entretiens réguliers d'activités, réunions collectives...).

## Quels pourraient être les avantages du télétravail ?

Le télétravail peut contribuer à améliorer les résultats du travail en termes de qualité et d'efficacité, améliorant ainsi la qualité de vie au travail des salariés.

Limiter les déplacements professionnels peut atténuer la fatigue et le stress générés par les transports, participant ainsi à l'amélioration de l'équilibre vie professionnelle, vie privée.

En proposant un cadre de travail différent, plus calme qu'au bureau, le télétravail peut favoriser la concentration et la réflexion intellectuelle, du fait notamment de la réduction des interruptions de tâches.

Le télétravail pourrait aussi être une transition vers un retour progressif sur son poste de travail après une longue période d'arrêt. Au même titre que le télétravail peut aider au maintien dans l'emploi (sans se substituer aux procédures existantes quant aux aménagements de poste).

.../...

## Qu'en est-il de la prévention des risques professionnels ?

L'employeur n'a pas la maîtrise de l'espace dans lequel le salarié exerce son télétravail. C'est donc au salarié d'aménager son espace tout en pouvant s'appuyer sur des préconisations de l'employeur (fiche conseil d'aménagement d'espace de travail).

Il semble indispensable de pointer des points de vigilance (sur la base des préconisations de l'INRS):

**L'environnement domestique :** le télétravail nécessite un espace dédié ce qui garantira au salarié de « bonnes » conditions de travail (par exemple pour les appels téléphoniques).

Les risques liés à la sédentarité :

Evidemment on pense à l'absence d'activité sportive mais plus nous restons assis, plus nous mangeons ! Notre corps, lorsqu'il est sédentaire, n'élimine pas mais accumule et va favoriser l'apparition de maladies cardiovasculaires, de diabète de type 2 et de cancer.

**L'environnement matériel :** le télétravail doit pouvoir s'effectuer avec du matériel adapté à une activité prolongée (une journée de travail). Exemple : éclairage, aération, sécurité électrique .....

**L'environnement social :** le télétravail peut mettre l'agent en situation d'isolement qui peut engendrer de la souffrance au travail et générer des RPS (risques psychosociaux).

## Que se passe-t-il en cas d'accident de travail ?

Le Code du travail précise clairement qu'un accident survenu sur le lieu où est exercé le télétravail pendant l'exercice de l'activité professionnelle du télétravailleur est présumé être un accident de travail. L'accident sera donc pris en charge dans les mêmes conditions que s'il avait eu lieu dans les locaux de l'employeur.

« L'accident survenu sur le lieu où est exercé le télétravail pendant l'exercice de l'activité professionnelle du télétravailleur est présumé être un accident de travail au sens de l'article L. 411-1 du Code de la sécurité sociale. »

## Quelques conseils pratiques !

**Ne restez pas assis plus d'une demi-heure ! :** En plus des 2h30 minimum d'activités physiques hebdomadaires, à la maison comme au bureau, levez-vous et marchez deux minutes au moins toutes les demi-heures !

**Equipez-vous correctement ! :** Du fauteuil à l'écran il faut pouvoir être installé confortablement. Notez que selon le code du travail (article L. 4121-2) l'employeur n'est pas seulement tenu de fournir à ses salariés le matériel utile pour accomplir les tâches quotidiennes, comme un ordinateur portable, il a également l'obligation de veiller à leur confort. » Du fauteuil au bureau, en passant donc par l'écran d'ordinateur...

**Evitez les postures ankylosantes :**

ne prenez pas un bureau trop petit car il vous faut respecter une distance d'au moins 60 cm avec l'écran. Si vous le pouvez l'INRS conseille les bureaux à hauteurs réglables qui vous permettent d'alterner la position assise et debout, alternance conseillée toutes les une ou deux heures. En

station debout comme en position assise, il faut que l'écran soit placé à hauteur des yeux. Les pieds doivent reposer à plat sur le sol et les coudes doivent former un angle à 90 degrés sur le bureau.

**Un fauteuil normé ! :** Votre siège de travail doit afficher la norme NF EN 1335, censée garantir des exigences mécaniques de sécurité d'utilisation élevées. Les accoudoirs doivent être réglables et escamotables et le dossier doit pouvoir basculer en avant et en arrière. Bref le fauteuil doit être modulable au gré de vos besoins.

**Un matériel numérique qui vous veut du bien :** préférez les écrans mats plutôt que brillants pour éviter les reflets et moins ressentir de fatigue oculaire. Il faut aussi qu'il puisse se régler en hauteur et s'incliner si possible. Si vous travaillez exclusivement sur ordinateur portable surélevez-le. Préférez aussi la souris au pavé tactile et demandez une souris ergonomique dite souris « verticales » car elles réduisent en effet les tensions au niveau du coude et des tendons, diminuant ainsi les risques de tendinite.

**Rappelez-vous que quel que soit le matériel dont nous disposons aucune posture n'est idéale si elle est maintenue durablement, et qu'un travail sédentaire renforce la nécessité d'une activité physique soutenue et quotidienne. En attendant vos élu-es FSU en CHSCT restent à votre écoute !**

