



RÉGLER LE PLAN DE TRAVAIL

FICHE N°13

1 LES PROBLÉMATIQUES DU PLAN DE TRAVAIL

- Le plan de travail doit permettre de travailler confortablement selon la tâche afin d'éviter des douleurs aux cervicales, au dos (trop bas, trop profond), aux épaules (si trop haut)...

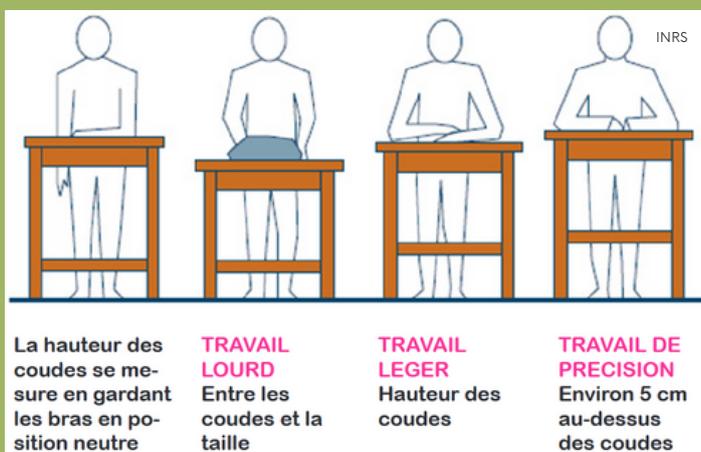


La balance arrive à hauteur des coudes mais avec une caisse haute (caisse bleue), la hauteur des poignées arrive aux épaules !

Pour éviter les douleurs aux épaules, il faut diminuer la hauteur de ce plan de travail pour que le haut d'une caisse arrive entre les hanches et les coudes et non pas aux épaules de l'utilisateur.

2 BIEN RÉGLER HAUTEUR & PROFONDEUR DE TRAVAIL

- Sa hauteur dépendra de la taille du travailleur et du travail exécuté : pesée d'une caisse, entretien d'outil, tâche de précision... (voir illustration ci-dessous à gauche).
- Vous trouverez dans le tableau suivant, les mesures recommandées pour les hauteurs et la profondeur de plans de travail en fonction de la taille du travailleur (homme ou femme) et des tâches à réaliser.
- Les informations données sont basées sur les références du tableau Dinbelg (dimensionnement selon la population belge) et tiennent compte d'une hauteur de semelle de chaussures de 3 cm.



TAILLE DE LA PERSONNE	HAUTEUR DE PLAN DE TRAVAIL RECOMMANDÉE		PROFONDEUR DU PLAN DE TRAVAIL RECOMMANDÉE SELON LE CAS		ETAGERE
	TRAVAIL LEGER	TRAVAIL LOURD +/- 5 CM	SAISIE FREQUENTE DE L'OBJET	SAISIE OCCASIONNELLE 1 A 2 X PAR JOUR MAXIMUM	HAUTEUR DE RANGEMENT MAXIMALE
1M55	93CM	85CM	30CM	68CM	1M25
1M65	1M	94CM	32CM	74CM	1M35
1M75	1M08	98CM	34CM	79CM	1M44
1M85	1M19	1M11	36CM	87CM	1M56
1M95	1M26	1M18	38CM	94CM	1M67

Pour aller plus loin :
preventagri.be > diversification > fiche Numéro 6 "Ergonomie"

Pour plus d'informations, appelez le 065 61 13 70
ou visitez <https://secteursverts.be/>