

Le télétravail



Règlementation

Les modalités de mise en œuvre du télétravail pour l'ensemble de la fonction publique sont définies par l'article L430-1 du code général de la fonction publique, par le décret modifié n° 2016-151 du 11 février 2016, et par l'accord du 13 juillet 2021 relatif à la mise en œuvre du télétravail dans la fonction publique.

La définition du télétravail dans la fonction publique

Le télétravail désigne toute forme d'organisation du travail dans laquelle les fonctions qui auraient pu être exercées par un agent sur son lieu d'affectation, sont réalisées hors de ces locaux en utilisant les technologies de l'information et de la communication.

Le télétravail repose sur **des critères cumulatifs** qui le distinguent des autres formes de travail à distance :

- ✚ L'agent en télétravail a demandé et a obtenu l'autorisation d'exercer sur un (ou plusieurs) lieux de télétravail une partie de son temps de travail qu'il aurait pu réaliser sur site ;
- ✚ En alternant un temps minimal de présence sur site et un temps en télétravail ;
- ✚ En utilisant les technologies de l'information et de la communication.

Les risques liés au travail sur écran

A. Troubles de la vision

Le travail sur écran sollicite énormément les yeux car il comporte plusieurs contraintes :

- ✚ Plusieurs objets plus ou moins proches à regarder : l'écran, le clavier, des documents, ... Ces éléments se trouvent à des distances différentes ce qui oblige les muscles de l'œil à se contracter fréquemment pour l'accommodation.
- ✚ Le fait de fixer l'écran + les sources lumineuses de la pièce favorisent la sécheresse oculaire.
- ✚ Différence de luminosité entre l'écran et les documents provoque de la fatigue visuelle.
- ✚ Affichage instable de certains écrans.

Plus on passe de temps devant un écran et plus l'attention visuelle est forte, plus cela favorise la fatigue visuelle.

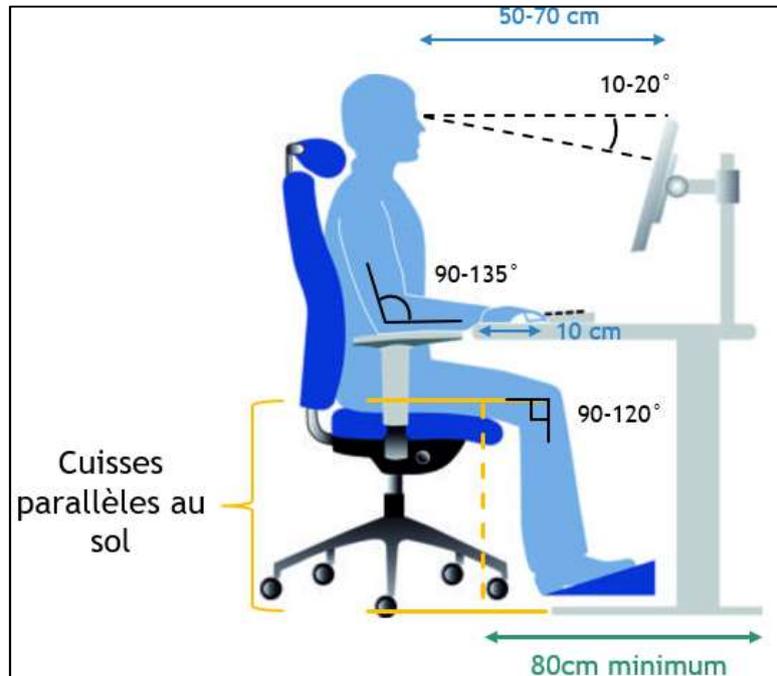
B. Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Les TMS recouvrent un ensemble de symptômes ou de lésions concernant tous les segments corporels qui permettent à l'homme de se mouvoir et de travailler. Ces troubles concernent les tendons, les nerfs, et surtout les muscles. Les TMS sont des affections douloureuses qui atteignent donc essentiellement les tissus mous.

C. Stress

Le stress est un état dans lequel se trouve l'organisme face à des situations qui menacent le bien-être, l'intégrité physique ou psychique de l'individu.

Prévention



Attention, toute posture statique devient inconfortable si elle est maintenue.

En effet, il est important de penser à bouger, varier les activités pour limiter le temps assis devant l'écran. Par exemple, vous pouvez tout à fait répondre à un appel téléphonique en marchant.

Pour agencer votre poste de travail, vous pourrez vous référer à la fiche dédiée au travail sur écran, dans la documentation du cdg21.

En termes d'organisation, il est important de planifier sa journée de travail et de se fixer des horaires de travail.