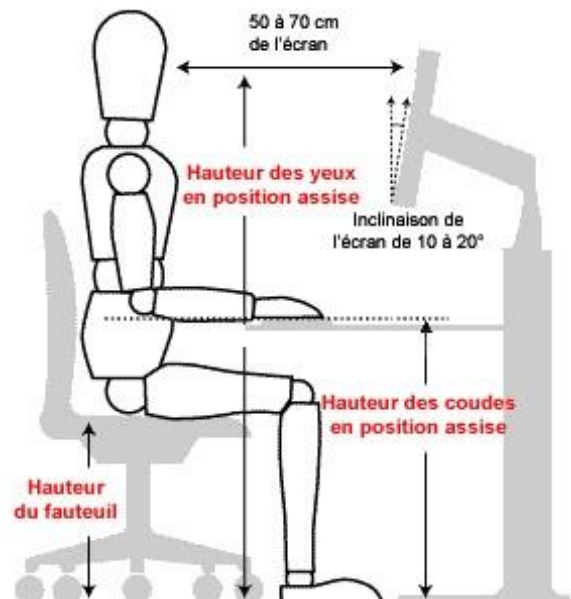


## L'ergonomie

L'ergonomie est la science qui étudie les relations entre l'homme et son environnement, et qui s'efforce de les améliorer.

L'objectif de cette discipline est d'adapter le travail aux capacités/limites physiques et psychologiques de l'être humain.



L'International Ergonomics Association (IEA) établit une distinction entre différents aspects de l'ergonomie :

- **l'ergonomie physique** étudie la charge physique (mouvements, postures, agencement du lieu de travail, etc.) en se basant sur différentes disciplines scientifiques telles que la physiologie, l'anatomie, l'anthropométrie ou la biomécanique.

Les **mauvaises postures de travail** posent les problèmes les plus fréquents. Celles-ci engendrent des **troubles musculo-squelettiques (TMS)**.

Tant pour le personnel administratif que pour les enseignants, la part très importante de nos activités sur écran nécessite une attention particulière.

Pour en savoir plus sur les **TMS**, ses conséquences et les moyens de prévention, consulter notamment le site qui en est spécifiquement dédié par le SPF Emploi, Travail et Concertation sociale : <http://www.preventiondestms.be>

Plus spécifiquement pour le travail sur écran, le SPF Emploi a édité une brochure d'information pour le personnel administratif. Pour le télécharger, cliquez [ici](#).

- **l'ergonomie cognitive** permet d'analyser la charge mentale liée aux processus décisionnels, à l'interaction entre les facteurs humains et techniques, aux erreurs humaines et au stress relatif au travail.
- **l'ergonomie organisationnelle** s'attache à l'optimisation de la structure organisationnelle, la politique générale et les processus.

Ces deux derniers aspects renvoient aux **risques psychosociaux** (cf. définition sur la page principale)