Kit Ergonomie : observer, adapter et vérifier

SANTEAUTRAVAIL.CH SA · ENTREPRISES DE SUISSE ROMANDE

Des fiches pour observer une activité au bureau ou en production, essayer des adaptations et vérifier leur usage avec les équipes.

Version 1.0 · 21 novembre 2026

COMMENCER

Du travail réel aux décisions

Préparez une réunion ou une observation avec les personnes qui connaissent le travail. Ces fiches servent à garder une trace des décisions et de leur suivi.

1. Choisir une tâche et observer plusieurs situations réelles avec ses utilisateurs.
2. Définir une ou deux adaptations techniques ou d'organisation réalisables.
3. Vérifier leur disponibilité et leur usage, puis maintenir, ajuster ou arrêter l'essai.

> **Utilisation et limites.** Ce kit prépare une démarche participative. Il ne constitue ni une évaluation complète des risques, ni un score ergonomique, ni un avis médical. Une protection nécessaire ne doit pas attendre la fin de l'essai. Pour une situation complexe ou une difficulté persistante, sollicitez les compétences adaptées.

Informations à protéger. Décrivez le travail et les équipements, sans nom, photo identifiable, diagnostic ou plainte médicale individuelle. Une situation de santé suit son circuit confidentiel habituel.

Remplir et conserver

Cliquez dans les champs ou utilisez Tab. La saisie n'est ni envoyée par le kit au serveur ni enregistrée automatiquement. Avant de fermer, imprimez vos réponses ou exportez-les en JSON. Le PDF téléchargeable est un modèle vierge à imprimer ; il ne contient pas votre saisie.

Un rechargement efface les réponses. Le JSON conserve les textes, mais cette version ne le réimporte pas. Utilisez l'espace de conservation autorisé de votre organisation.

Guides et références

- Le parcours Ergonomie et TMS
- Agir dès la conception ou corriger un poste
- SECO : Ergo-Test et instruments d'évaluation

Évaluer l'ergonomie des postes avec notre équipe

FICHE 01 · MODÈLE VIERGE

Observer le travail réel

Précisez ce qui se passe pendant une tâche ordinaire et lorsque la charge ou l'horaire change. Observez les obstacles, sans évaluer la performance des personnes.

Activité et périmètre

Tâche, poste ou zone ; horaires observés ; exclusions

Date et fonctions associées

Date, version ; fonctions des utilisateurs et du responsable

Déroulement et variations

Étapes, durée observée, fréquence ; différences selon le flux ou l'équipe

Contraintes et moyens disponibles

Portées, efforts, postures, répétitions, visibilité ; aides et réglages réellement accessibles

Organisation à examiner

Approvisionnement, interruptions, délais, alternance et possibilité de changer de position

Priorité et question à vérifier

Obstacle concret ; changement attendu dans la tâche ; point nécessitant un spécialiste

> Un poste de bureau ne résume pas l'ergonomie : examinez aussi les outils, les flux, les accès et les horaires. Pour une évaluation structurée, consultez les instruments du SECO.

FICHE 02 · MODÈLE VIERGE

Préparer un essai d’adaptation

Décrivez ce qui changera dans le travail et ce qui devra rester possible. Associez les utilisateurs à l’essai, y compris ceux d’un autre horaire.

Situation de départ et objectif

Obstacle observé ; activité rendue plus facile ou moins contraignante

Adaptation A : technique ou équipement

Modification du poste, de l’outil, de l’aide ou de l’approvisionnement ; conditions d’emploi

Adaptation B : organisation, si utile

Répartition, alternance ou transmission ; effet possible sur un autre poste

Responsable et moyens

Fonction responsable ; appuis, matériel et temps accordés

Période et périmètre de l’essai

Début, horaires concernés, date de revue ; modalités d’instruction

Conditions à préserver et relais

Sécurité, qualité et accès ; difficulté qui impose de suspendre l’essai et interlocuteur à prévenir

> Évitez de transférer la contrainte vers un collègue ou une autre étape. Un équipement installé doit être accessible, réglable et utilisable dans le flux réel.

FICHE 03 · MODÈLE VIERGE

Vérifier et décider de la suite

Choisissez des faits simples et comparables. Une amélioration observée sur quelques séquences ne prouve pas un effet sur la santé ou les absences.

Question et mesure de suivi

Exemple : aide utilisable sur les séquences observées ; définition d'une séquence

Constat avant l'essai

Nombre brut et total observé ; dates, tâche et contexte

Constat pendant l'essai

Même définition ; nombre brut et total ; changements de charge ou d'horaires

Retours des utilisateurs et effets ailleurs

Ce qui facilite le travail ; obstacle restant ; qualité, sécurité et charge des autres étapes

Décision de revue

Maintenir, ajuster ou arrêter ; motif ; conditions de déploiement et responsable

Restitution et prochaine vérification

Message aux équipes, fonctions destinataires, date et point à contrôler

> Conservez les limites de l'observation avec le résultat. Ne transformez pas cette fiche en questionnaire médical ou en classement des salariés.

FICHE 04 · EXEMPLE PÉDAGOGIQUE

Une situation pour comprendre la démarche

Cas entièrement fictif. Dans un atelier de conditionnement, des bacs placés derrière le poste imposent des rotations répétées. L'équipe veut vérifier si un support latéral réglable facilite l'approvisionnement sans gêner le passage.

Observer

Le responsable et les utilisateurs examinent dix séquences comparables. Le bac reste accessible dans la zone prévue pendant quatre séquences sur dix. Le manque de place apparaît surtout lorsque deux références se succèdent.

Adapter

Un support latéral est essayé avec une zone de dépose définie. Les utilisateurs vérifient son réglage ; la logistique conserve un passage libre. L'essai porte sur deux références et deux horaires, puis fait l'objet d'une revue.

Vérifier

Observation	Avant	Pendant l'essai
Bac accessible dans la zone convenue	4 / 10 séquences	8 / 10 séquences
Passage logistique libre	À documenter	10 / 10 séquences

Deux séquences restent difficiles lors du changement de référence. La décision est d'ajuster la zone de dépose et de refaire une observation, avant toute extension à d'autres postes.

> **Ce que l'on peut conclure :** l'accès au bac s'est amélioré dans les séquences observées. **Ce qui reste ouvert :** les autres formats, la durée d'usage et les contraintes restantes. Ces données fictives ne mesurent ni la santé ni un bénéfice médical.