

ERGONOMIE

Je passe beaucoup de temps 'surtout en hiver' à ma passion « La maquette » et je me pose la question de fin de séance.



Comment va mon dos ?



Avoir la
meilleure
posture possible



Organisation de son poste de
travail

Je vais partager avec vous quelques améliorations pour diminuer ce désagrément
Attention! Vous devez changer régulièrement de position pour vous détendre

E
c
l
a
i
r
a
g
e

n
a
t
u
r
e
l



A
c
o
t
é

d
u

r
a
d
i
a
t
e
u
r





Plan de travail « évidé »
Dimensions environ
0,80 m X 0,80 m



Env.
0,60 m
à
0,80 m



**Repose pieds
différents**





**Porte - matériaux
latéraux**



**Différents supports
Matériels
Livres
Objets**



Présentoirs et stockage

Peinture

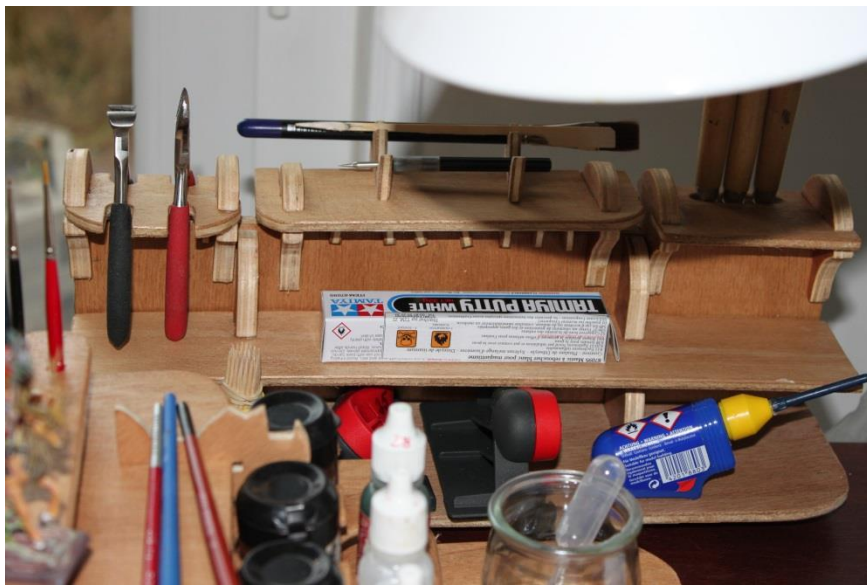
Pinceaux

Matériels



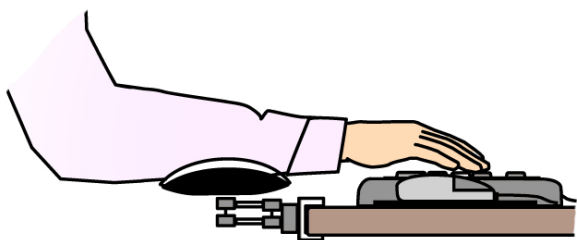
**Rallonge
Plan de travail**





Rangement du matériel





Support avant – bras
Mousse
Evite les TMS
« Les fourmis dans les doigts »



Après une année de réflexion sur l'organisation de mon plan de travail

