



My OptiDesk

Brochure pour l'employeur



Sommaire

<i>Introduction</i>	3
<i>1. Évaluation</i>	4
<i>2. Conseils personnalisés</i>	5
<i>3. Guidance</i>	6
<i>4. Rapport consolidé</i>	6
<i>5. Pratiquement</i>	7

Un environnement de travail sans ordinateur est aujourd'hui inconcevable. Les ordinateurs portables, tablettes et smartphones connaissent une popularité croissante. La position assise est désormais ancrée dans nos habitudes. Il ne faut pas non plus sous-estimer l'impact sur la pression au travail, l'épuisement mental et le niveau de stress. Une assise prolongée (sans mouvements et dans une position inappropriée), une pression excessive au travail, le stress... peuvent entraîner des problèmes physiques.

My OptiDesk est un outil en ligne qui est destiné aux travailleurs sur écran et qui a pour but de prévenir ou d'atténuer les problèmes physiques.



Plus de 60 % des travailleurs sur écran se plaignent au moins d'un problème physique, les plus fréquents étant localisés dans la nuque et la région lombaire (étude du Groupe IDEWE 2014). Ces problèmes sont influencés par plusieurs facteurs dont la disposition du poste de travail, l'environnement de travail, le ressenti professionnel et les mouvements.

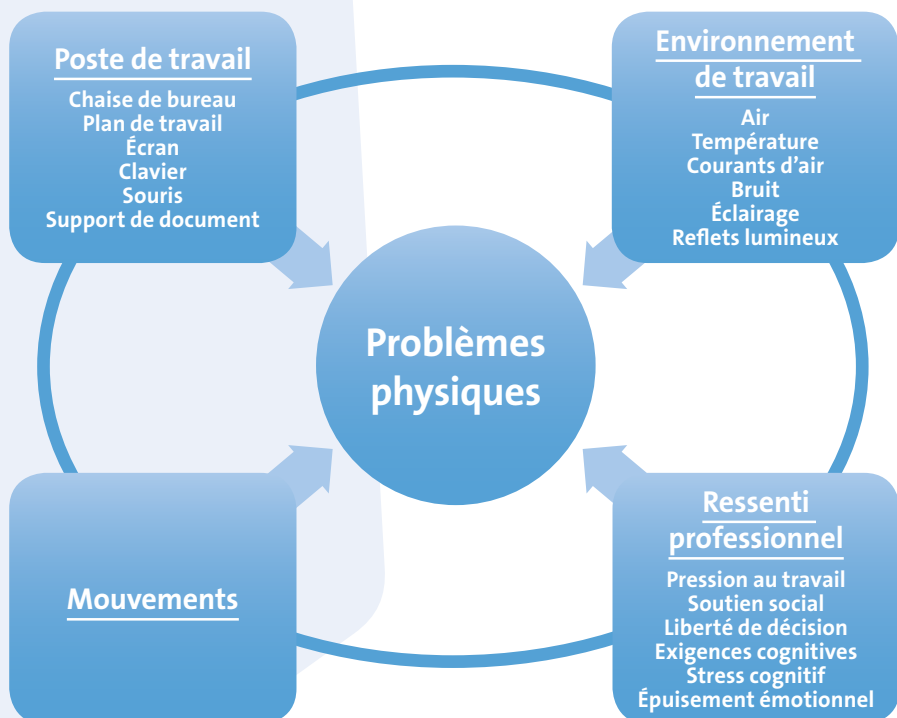


Schéma : facteurs impactant les problèmes physiques chez les travailleurs sur écran

1. Évaluation

My OptiDesk permet une évaluation **intégrale** du poste de travail :

- ✓ *Disposition du poste de travail : Votre écran se trouve-t-il à la bonne hauteur ?
Votre chaise est-elle correctement réglée ? ...*
- ✓ *Environnement de travail : Ressentez-vous de l'humidité ? L'éclairage est-il suffisant ?
Votre environnement est-il bruyant ? ...*
- ✓ *Ressenti professionnel : Parvenez-vous à vous concentrer au travail ? Dans quelle mesure ressentez-vous la pression au travail ? Bénéficiez-vous d'une liberté de décision suffisante ? ...*
- ✓ *Mouvements : Vous levez-vous régulièrement ? Êtes-vous suffisamment actif au quotidien ? ...*



Outre l'évaluation multidisciplinaire de chaque poste de travail, des questions sont posées quant aux problèmes physiques et aux troubles visuels. Ces problèmes font ainsi l'objet d'une approche constante et systématique.

2. Conseils personnalisés

Après avoir rempli l'outil, le collaborateur obtient instantanément son profil **My OptiDesk** avec :

- ✓ des conseils ciblés sur la disposition de son poste de travail (chaise de bureau, plan de travail, clavier, souris, support de document) ;
- ✓ des recommandations quant aux mouvements et à l'optimisation de l'environnement de travail ;
- ✓ des astuces visant à améliorer le ressenti professionnel ;
- ✓ la recommandation de mesures en cas de problèmes physiques et oculaires (troubles visuels).

idewe
Optimizing your environment

My OptiDesk
Personnel votre bien-être sur votre environnement

Profil My OptiDesk

Points d'attention personnels
Retour à l'écran d'accueil

Support de document Éclairage

Éléments améliorables
Retour à l'écran d'accueil

Les paramètres de la chaise Mouvements

Éléments à surveiller
Retour à l'écran d'accueil

Mouvements de la main Posture de la tête

Dommages psychiques liés au stress

Attention ! Les résultats vous indiquent des dommages psychiques liés au stress sur votre travail. Ce score est le résultat de votre questionnaire.

Retour à l'écran d'accueil

Plan de travail

Vous obtenez un score de 3 sur 3 pour votre plan de travail.

Parfait ! Le résultat de votre plan de travail est excellent. Vous avez effectivement d'apporter un score de 3 sur 3 pour votre plan de travail pour votre travail de confort.

Retour à l'écran d'accueil

3. Guidance

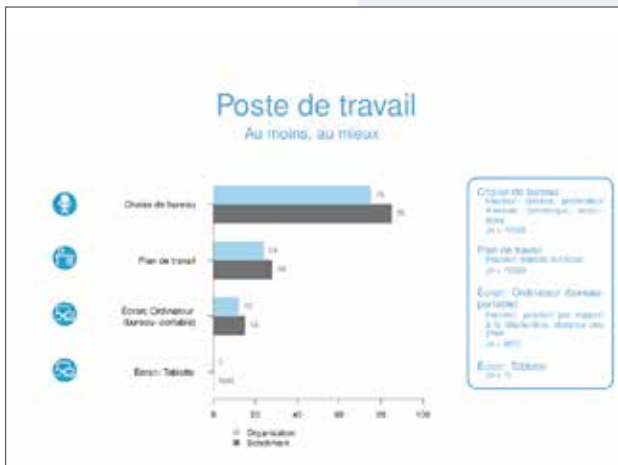
En cas de problèmes spécifiques, le collaborateur peut être orienté vers :

- ✓ le conseiller en prévention-médecin du travail en cas de problèmes physiques persistants, de l'accentuation d'un problème relatif au ressenti professionnel ou de l'aggravation des troubles visuels. Le médecin du travail identifiera les problèmes et réorientera le collaborateur si nécessaire.
- ✓ le médecin du travail vérifie si le collaborateur doit être réorienté vers le conseiller en prévention-ergonome ou vers le conseiller en prévention pour les aspects psychosociaux.

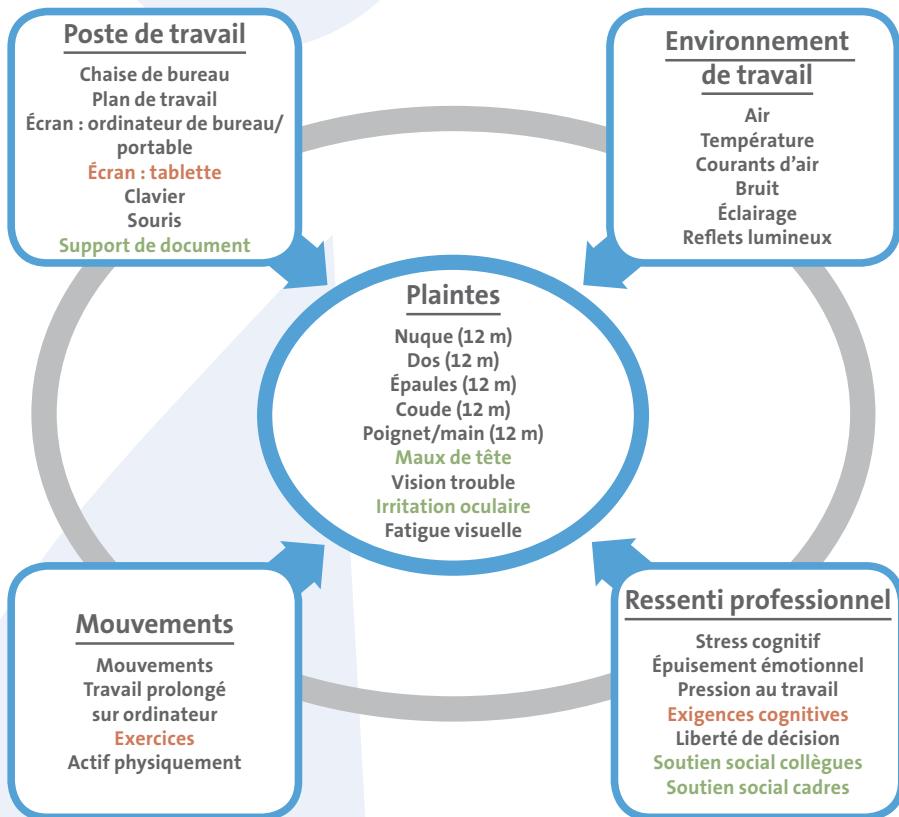
Approche rapide et ciblée avec une guidance dès l'outil rempli.

4. Rapport consolidé

Outre les conseils personnalisés fournis au collaborateur, les résultats d'un groupe déterminé de collaborateurs sont consolidés et comparés à ceux d'un groupe de référence (benchmark). Cela permet de faire un point sur la situation au sein de votre organisation et de la comparer avec le reste de votre secteur, et ce, pour tous les domaines concernés par le sondage.



Les points forts et opportunités sont représentés visuellement avec, en plus du feed-back personnalisé et ciblé fourni aux collaborateurs, des propositions de mesures collectives.



Organisation x vs Benchmark

5. Pratiquement

- ✓ **My OptiDesk** convient à toutes les organisations employant des travailleurs sur écran.
- ✓ Vos collaborateurs peuvent réagir immédiatement grâce au feed-back personnalisé. Ils bénéficient par conséquent d'une plus grande autonomie.
- ✓ **My OptiDesk** peut être adapté aux besoins spécifiques de votre organisation. Vous pouvez donc y apporter une touche propre à votre entreprise.
- ✓ Des rapports consolidés peuvent être établis pour chaque département, pour différents groupes d'âge... de manière à pouvoir mettre en œuvre des mesures par sous-groupe et à agir de façon plus ciblée.
- ✓ **My OptiDesk** tient compte de la nouvelle législation relative au travail sur écran (en vigueur à partir du 1er janvier 2016).
- ✓ Les collaborateurs souffrant de problèmes physiques font l'objet d'un suivi et ne sont donc plus abandonnés à leur sort.
- ✓ ...

Pour de plus amples informations, veuillez vous adresser à votre bureau régional du Groupe IDEWE.

Antwerpen

Tél. 03 218 83 83
antwerpen@idewe.be

Bruxelles

Tél. 02 237 33 24
brussel@idewe.be

Gent

Tél. 09 264 12 30
gent@idewe.be

Hasselt

Tél. 011 24 94 70
hasselt@idewe.be

Leuven

Tél. 016 39 04 38
leuven@idewe.be

Mechelen

Tél. 015 28 00 50
mechelen@idewe.be

Namur

Tél. 081 32 10 40
namur@idewe.be

Roeselare

Tél. 051 27 29 29
roeselare@idewe.be

Turnhout

Tél. 014 40 02 20
turnhout@idewe.be

