

TRAVAILLER SUR PLUSIEURS ÉCRANS

Utiliser plusieurs écrans peut provoquer des contraintes supplémentaires :

Différence de hauteur en cas de fixe et de portable : flexion extension de la nuque, douleurs cervicales

Surface d'affichage doublée : rotation de la tête gauche-droite, douleurs cervicales, des épaules coudes et poignets

Différence de résolution ou de contraste : effort d'accomodation, fatigue visuelle

OBJECTIFS



Eviter les rotations du cou



Eviter les variations de hauteurs des yeux



Eviter l'avancée de la tête

SOLUTIONS



Écrans non séparés



Écrans à la même hauteur et même distance



Bonne distance

En pratique

Bonne distance

Augmenter la distance à **60 cm** et la **taille des caractères** pour le confort visuel

Bonne hauteur

Utiliser un **réhausseur** et un **deuxième clavier**, en particulier en cas de portable

Bon angle

Écrans côte à côte ou en **arc de cercle** (120°, pas d'angle droit)

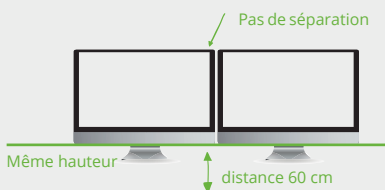
DES CONSEILS POUR BIEN DISPOSER SES ÉCRANS



A ne pas faire



Ce qu'il faut faire



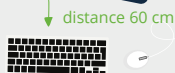
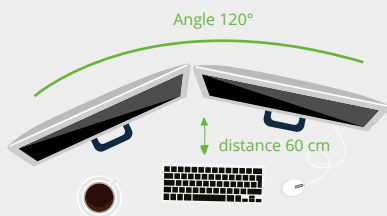
Se placer au centre



A ne pas faire



Ce qu'il faut faire



Se placer au centre



A ne pas faire



Ce qu'il faut faire

