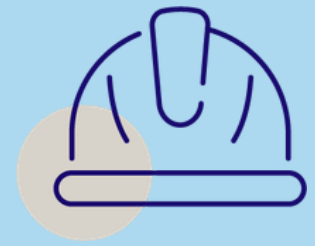


FICHE SST ET MIEUX-ÊTRE

Santé et sécurité au travail : quelles sont les obligations en matière de télétravail ?



1. Les risques ergonomiques

- Informer le personnel concernant les risques ergonomiques en télétravail.
- Les **sensibiliser aux bonnes pratiques** :
 - Fournir un **guide d'ajustement ergonomique** et rappeler l'importance de prendre fréquemment de courtes pauses actives.
 - Proposer des exercices à faire au quotidien pour limiter l'impact du travail à l'ordinateur.
 - Travailler dans une pièce pourvue d'une fenêtre et s'assurer de l'absence de reflet dans l'écran.

LIENS UTILES :

- [Série Parlons de SST | Pratiques RH](#)
- [Télétravail et santé | Pratiques RH](#)
- [Ergonomie et télétravail | Commission des normes de l'équité de la santé et de la sécurité du travail - CNESST](#)

2. Les risques psychosociaux : comment y faire face ?

Prévention :

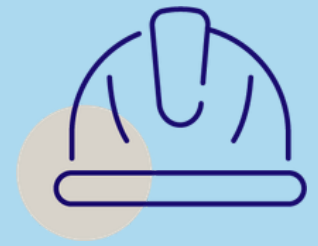
- Sensibiliser le personnel aux risques psychosociaux en télétravail comme **l'hyperconnectivité** et l'isolement.
- Informer les salarié.e.s quant aux symptômes et signes indiquant une santé psychologique défaillante.
- Renseigner les employé.e.s concernant les mesures de prévention en matière de risques psychosociaux.
- Faire un rappel concernant les comportements attendus en matière de respect, de gestion des conflits et de civilité.
- Encourager le maintien de relations personnelles saines dans le milieu de travail et le soutien mutuel.

Formation :

- Offrir une formation concernant le harcèlement psychologique et les agressions ciblant :
 - les situations à risque ;
 - les stratégies de protection et de prévention ;
 - la politique de prévention et de gestion.

FICHE SST ET MIEUX-ÊTRE

Santé et sécurité au travail : quelles sont les obligations en matière de télétravail ?



Communication :

- Responsabiliser les employé.e.s sur la nécessité de communiquer leurs inquiétudes et les problématiques observées à leur supérieur.e hiérarchique.
- Faire preuve d'ouverture concernant les situations rapportées et garantir la confidentialité des échanges.
- En cas de situation impliquant du harcèlement, en faire part à l'employeur ou à la personne responsable pour que les actions appropriées soient prises.
- Diriger le personnel vers un service de soutien (ressources régionales ou programme d'aide aux employé.e.s) en cas de détresse psychologique.

LIENS UTILES :

- [Prévention des risques liés au télétravail](#)