

## Que dit la réglementation ?

Les obligations sont définies par le Code du travail selon les articles R4223-1 à R4223-12 qui stipulent notamment :

- d'éviter l'apparition de la fatigue visuelle et permettre de déceler les risques perceptibles par la vue,
- de disposer autant que possible d'apport de lumière naturelle dans les locaux,
- d'adapter le niveau d'éclairage à la tâche.

## Quelles normes pour vous aider ?

Les normes AFNOR orientent les employeurs vers la mise en place d'un éclairage adapté à la situation de travail rencontrée :

- **NF X 35-103** : principes d'ergonomie visuelle applicables à l'éclairage des lieux de travail,
- **NF EN 12464-1** : éclairage des lieux de travail (détaille toutes les recommandations d'éclairage de tous les types de lieux de travail).

*Votre service de prévention et de santé au travail peut vous accompagner pour :*

- une métrologie d'ambiance lumineuse,
- des conseils pour le choix d'un système d'éclairage,
- une simulation d'éclairage pour des petits espaces (bureau, accueil, etc.),
- la réimplantation de postes de travail.



## ÉCLAIRAGE DES LOCAUX DE TRAVAIL

*Les risques et les effets sur la santé*



6 bis rue de la Saône  
CS71104  
54523 LAXOU CEDEX  
Tél. : 03 83 36 67 75

[www.alsmt.org](http://www.alsmt.org)



**ALSMT**

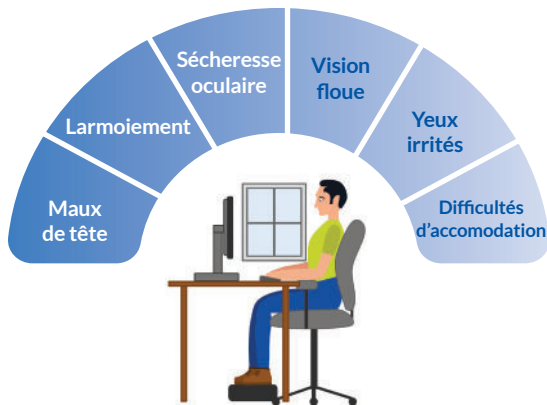
## ÉCLAIRAGE DES LOCAUX DE TRAVAIL

*Les risques et les effets sur la santé*

# Les risques et les effets

Quels sont les risques et les effets sur la santé ?

- Accident du travail : chutes, heurts, etc.
- Fatigue visuelle.



- Postures contraignantes au niveau des cervicales et du tronc.
- Effets psychologiques et physiologiques : altération du sommeil, de la vigilance, de l'humeur, de la concentration et du rythme biologique.

Quels sont les facteurs de risque ?

**Environnementaux** : niveau d'éclairage, reflet et éblouissement, papillotements de l'éclairage, implantation des postes.

**Individuels** : âge, défauts visuels non ou mal corrigés, état de santé.

**Liés à la tâche** : tension soutenue, travail continu devant l'écran, tâches complexes et minutieuses.

**Liés à l'écran** : réglages et caractéristiques, ergonomie du logiciel, distance œil écran.

# L'éclairage de votre entreprise est-il adapté ?

## Choix des systèmes d'éclairage

- Privilégier l'éclairage naturel.
- En l'absence de lumière naturelle suffisante, s'assurer que l'éclairage artificiel est adapté.
- Préférer un éclairage diffus, réfléchi par les murs et le plafond, car il est plus confortable qu'un éclairage direct.
- Privilégier l'utilisation de variateurs pour gérer le niveau d'éclairage.
- Découper en plusieurs zones l'éclairage des grands espaces.

## Niveau d'éclairage

Adapter le niveau d'éclairage en fonction :

- du type d'activité,
- de l'âge de l'opérateur ( $\geq 45$  ans),
- de la tâche visuelle de la situation à risque.

## Luminance

Éviter les reflets et les éblouissements :

- risque si la valeur mesurée, dans le champ visuel, est supérieure à  $10\ 000\ \text{cd.m}^2$ .

## Implantation

- Éviter le positionnement des luminaires en éclairage direct dans le champ visuel.
- Positionner les postes perpendiculairement aux fenêtres.
- Permettre une vision sur l'extérieur.
- Privilégier plusieurs sources de puissance moindre à une seule source de puissance forte.

## Choix des lampes

Prendre en compte les éléments suivants :

- type de lampe,
- puissance (en watt),
- température de couleur (en kelvin),
- indice de rendu des couleurs,
- efficacité lumineuse (en lumen par watt),
- durée de vie,
- éblouissement.

## Uniformité

- S'assurer de l'homogénéité de l'éclairage sur la zone de travail.
- Éviter les zones d'ombre et les zones suréclairées.

## Maintenance

- Réaliser la maintenance des installations d'éclairage régulièrement.
- Établir un programme de maintenance comprenant :
  - la fréquence de remplacement des lampes,
  - la méthode et les intervalles de nettoyage des luminaires, des locaux et des vitrages.

