

Éclairage ergonomique

Éclairage ergonomique - Liste de vérification

Sur cette page

[À quoi ressemble une liste de vérification de l'éclairage?](#)

À quoi ressemble une liste de vérification de l'éclairage?

Utiliser la liste de vérification et répondre par oui ou par non aux questions suivantes. Lorsque la réponse est négative, inscrire les mesures correctives appropriées. Il peut s'avérer nécessaire de remplir une évaluation complète de l'éclairage. Consulter les autres fiches d'information Réponses SST portant sur l'éclairage pour obtenir de plus amples renseignements.

- [Malaise oculaire chez les travailleurs de bureaux](#)
- [Éclairage ergonomique – Généralités](#)
- [Éclairage – Évaluation et solutions](#)
- [Éclairage ergonomique – Papillotement de lumière](#)

Liste de vérification de l'éclairage - Exemple

Généralités

Lumière suffisante pour exécuter la tâche

Aucune réflexion gênante

Aucun éblouissement dans l'axe de vision normal ou à proximité de celui-ci

Aucune transition fréquente entre un milieu très éclairé et un milieu très sombre ou un objet à proximité et un objet éloigné

Les lampes diffusent la lumière uniformément

Éclairage adéquat du haut des murs et du plafond

Absence d'ombre

Les objets brillants ne produisent pas d'éblouissement supplémentaire

Luminaires offrant un éclairage constant (c.-à-d. absence de papillotement de lumière)

Aucune plainte de fatigue visuelle ou de maux de tête (cocher "oui" en l'absence de plaintes)

Bureau

Images claires et lisibles sur les écrans

Appareils d'éclairage localisés bien disposés

Les écrans et les postes de travail sont positionnés de manière à réduire l'éblouissement causé par diverses sources (p. ex. fenêtres, éclairage au plafond).

Ameublement et équipement à fini mat

Stores ou rideaux aux fenêtres

Commandes de luminosité et de contraste bien réglées sur les moniteurs d'ordinateurs

Police de caractères de taille appropriée et bon contraste pour les documents à lire

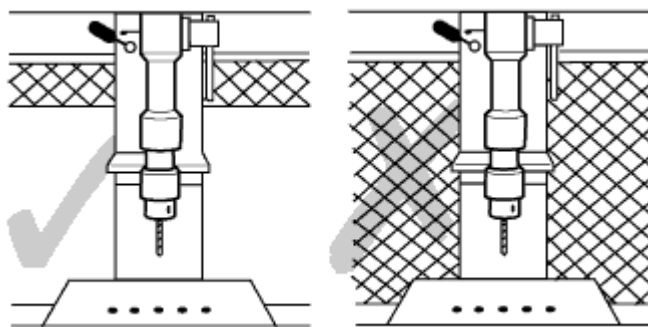
Objets très petits agrandis en plus d'un éclairage approprié

Pièces mobiles des machines peintes d'une couleur contrastante

Éclairage adéquate dans les salles d'entreposage, les cages d'escalier et les couloirs

Environnement dégagé derrière le plan de travail

Liste de vérification de l'éclairage - Exemple



Maintenance

Remplacement périodique des ampoules

Nettoyage périodique des luminaires

Nettoyage régulier des murs, des plafonds et des postes de travail

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2025-07-10

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.