

# TRANSPORT D'ÉQUIPEMENT EN MODE HYBRIDE

## Les meilleures pratiques



## Brochure d'information

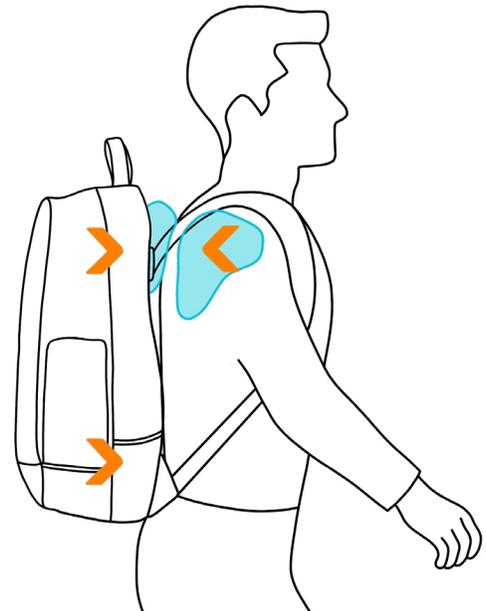
Les employés et les organisations qui travaillent en mode hybride constatent que cette façon de faire implique nécessairement des modifications de la routine habituelle. Par exemple, l'alternance entre le poste de travail à la maison et au bureau nécessite de porter nos équipements tels que le portable, le clavier, la souris et les documents d'un lieu à l'autre en plus des objets de la vie courante, comme la boîte à lunch et le café. Bien que l'apprentissage se poursuit avec le mode hybride, il y a déjà plusieurs trucs et astuces à la disposition des travailleurs pour faciliter les déplacements. Voici donc un résumé des meilleures pratiques concernant le transport d'équipement, tant pour les organisations que pour les employés.

## UTILISER UN SAC À DOS

Contrairement au sac en bandoulière, le sac à dos est plus stable, il libère bien les deux mains et offre plus de support à l'endroit des points d'appui.

### VOICI LES PRINCIPAUX CRITÈRES À CONSIDÉRER LORS DE L'UTILISATION D'UN SAC À DOS :

- Les points d'appui du sac sont bel et bien au bas du dos, aux épaules et aux omoplates. Il est également recommandé qu'un rembourrage soit présent et réparti de haut en bas;
- Le sac devrait avoir deux sangles, soit une au buste et au bas du dos. Lorsqu'elles sont parfaitement serrées, la charge devrait être bien distribuée;
- Enfin, il faut privilégier un sac léger ayant un compartiment pour assurer la sécurité du portable.



D'autres critères dans le choix d'un sac à dos sont intéressants à considérer. Dépendamment des équipements à transporter, il pourrait être judicieux d'avoir un sac suffisamment long pour y insérer le clavier fournis au travailleur (environ 46cm). Dans le même ordre d'idée, un bon sac contient des endroits sécuritaires pour y insérer un chargeur, une webcam, des écouteurs et une souris.

Enfin, certaines marques offrent des modèles qui ont des variantes pour femmes ainsi ce que pour homme. La différence peut sembler banale, mais elle pourrait avoir un impact majeur sur le confort de l'ensemble des travailleurs et travailleuses qui l'utiliseront, notamment en ce qui concerne sa largeur.

## FAIRE DES CHOIX EFFICACES

- L'objectif en santé et sécurité est d'éliminer le risque à la source. Par conséquent, il faut envisager le double équipement, c'est-à-dire que le clavier, la souris ou tout autre objet quotidien se retrouvent aux deux postes de travail (on évite le déplacement). Autrement dit, l'utilisateur a un poste de travail complet avec tous les périphériques à la maison ainsi qu'au travail. Par ailleurs, en ce qui concerne les postes partagés, les employés ont des casiers dans lequel ils peuvent déposer leurs équipements à la fin de la journée, rendant possible le double équipement.
- Que ce soit dans un contexte personnel ou professionnel, un critère de choix primordial des équipements devrait être la légèreté de ceux-ci. Par exemple, étant donné que l'ordinateur portable est souvent l'outil le plus pesant dans un sac, il est pertinent d'opter pour celui qui présente le plus petit poids pour un écran de même grosseur. En ce qui concerne la grosseur de l'écran du portable, il faut savoir que l'utilisation d'un écran externe demeure recommandée au poste de travail pour diminuer les flexions du cou lorsque l'écran du portable est utilisé.
- Plusieurs travailleurs ont pris l'initiative de rendre consécutifs les deux jours obligatoires au bureau lorsque l'organisation du travail le permet. Le fait d'aller au bureau le mardi-mercredi ou le mercredi-jeudi implique que l'équipement est déjà sur place pour la deuxième journée de travail et qu'il n'y aura qu'à la déplacer deux fois dans la semaine plutôt que quatre fois. C'est un avantage considérable, surtout pour les utilisateurs de transport en commun.
- Bien que ce choix nécessite une adaptation importante, une méthode de travail sans papier devient un incontournable. Fini les calepins de notes, les crayons, les dossiers épais et les documents interminables. Tous ces éléments ont un poids considérable et peuvent être consignés d'une manière ou d'une autre dans la mémoire de l'ordinateur. Ne reste plus qu'à déplacer celui-ci !

## L'ESSAYER, C'EST L'ADOPTER !

Il y a bel et bien une recette magique en ergonomie, et il s'agit d'essayer les équipements que l'on désire se procurer avant d'en faire l'acquisition afin de vérifier concrètement si cela aide. L'idée est de prendre une décision éclairée et basée sur l'expérience. D'ailleurs le comité santé et sécurité (CSS) d'une organisation pourrait être impliqué dans une telle démarche, et l'APSSAP propose même un gabarit d'évaluation des équipements de protection individuels (EPI) qui peut être légèrement adapté pour l'occasion. ([https://apssap.qc.ca/wp-content/uploads/2017/02/Evaluation\\_EPI.doc](https://apssap.qc.ca/wp-content/uploads/2017/02/Evaluation_EPI.doc))

Il faut garder en tête que ces pratiques impliquent souvent des inconforts. Une nouvelle méthode de travail prend généralement 21 jours avant de devenir naturelle. Il faut donc persévérer pour obtenir les résultats attendus, c'est-à-dire, ne plus avoir mal. Enfin, l'organisation et la planification demeure des solutions clés, car il est possible de trouver un grand confort dans notre quotidien, à condition d'y mettre les efforts.