



# TRUCS ET ASTUCES ERGONOMIE

TRAVAILLER DANS  
DE BONNES CONDITIONS  
**RESPECTER LES BONNES  
RÈGLES ERGONOMIQUES**

LIENS CLIQUABLES



CAPSULE 1

[L'ergonomie dans sa cuisine](#)



CAPSULE 2

[L'ergonomie dans son salon](#)



CAPSULE 3

[L'ergonomie avec un fauteuil ajustable](#)

BIEN RÉGLER  
ET BIEN AMÉNAGER  
**UN POSTE DE TRAVAIL  
INFORMATISÉ**

LIENS CLIQUABLES

⇒ Consulter : [Aide-mémoire](#)

Questions d'ergonomie que l'on se pose souvent lors d'un télétravail temporaire :

1. Comment travailler avec l'ordinateur portable?
2. Comment s'installer et ajuster son poste?
3. Où travailler dans la maison?
4. Trucs et astuces pour être encore plus ergonomique.

⇒ Consulter le guide ci-dessous pour avoir des réponses à ces questions : [Guide d'ergonomie et télétravail temporaire](#)