



# Réduire les Troubles Musculo-Squelettiques\* chez le personnel d'étage

FICHE  
PRATIQUE  
N° 8

## LA CONCEPTION ERGONOMIQUE DES CHAMBRES

LORS D'UN PROJET DE RENOVATION DES CHAMBRES, DEMANDEZ CONSEIL A VOTRE MEDECIN DU TRAVAIL

### MEUBLES

- Eviter le surplus de meubles dans la chambre.
- Prévoir des espaces de circulation suffisants.
- Préférer les meubles suspendus fixés au mur (console, chevets, bureau, etc.).
- Préférer les meubles légers (chaises, banquettes, etc.).
- Privilégier des étagères à barreaux ou grillagées dans la partie haute des armoires pour faciliter l'entretien.



Encombrement



Au mur



Au sol

### SANITAIRES

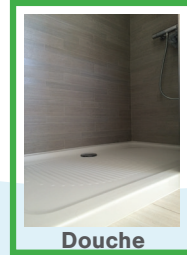
- Préférer des toilettes et lavabos suspendus.
- Préférer la douche à la baignoire.
- Privilégier des pare-douches amovibles.
- Eviter les grandes surfaces vitrées.



Au mur



Au sol



Douche



Baignoire

### MATERIAUX

#### Choisir des matériaux faciles à entretenir :

- Préférer le carrelage et le parquet, plutôt que la moquette.
- Préférer des bacs de douche extra-plats en céramique ou acrylique plutôt que ceux à carrelers.
- Préférer des couleurs claires plutôt que foncées.
- Préférer des surfaces lisses plutôt que poreuses.

\* Les maladies liées aux troubles musculo-squelettiques (tableaux 57 et 98 du régime général) sont les **1ères causes de maladies professionnelles** en France. En région PACA, pour les trois dernières années, dans le secteur HCR, elles ont été responsables de 37 000 jours d'arrêt pour un coût global de 3 000 000 euros HT.

Siège et administration :

AMETRA06 | Cap Var – Bâtiment D2 - 148 avenue Georges Guynemer – 06700 Saint-Laurent-du-Var  
E-mail : administratif@ametra06.org • Tél. 04 92 00 24 70

Retrouvez toutes nos publications sur notre site Internet [www.ametra06.org](http://www.ametra06.org)