

Les Exigences Ergonomiques d' USGBC pour l'innovation et le design. (1 Point)

Étapes	Exigences	Conseils	Cocher
1	Identifier des activités et des fonctions de bâtiments pour laquelle l'amélioration ergonomique (c.-à-d., des stratégies ergonomiques qui dépassent la pratique standard d'industrie) est possible et désirable par l'éducation et l'équipement, et où possible, les utilisateurs d'immeuble devraient être consultés sur leurs préférences.	Consulter un ou plusieurs normes et directives ergonomiques actuels quand vous identifier des possibilités d'amélioration ergonomique, comme la standard d'ANSI/HFES 100-2007 pour les postes de travail informatiques et le CSA Z412-00 Canadien.	<input type="checkbox"/>
2	Préciser une série d'espérances et d'objectifs de performance pour la stratégie ergonomique qui adresse la productivité, le confort, et la santé. Proposer un plan et développé un processus de conception pour le rencontrer. Fournir des procédures pour tracer et rapporter les résultats de la stratégie ergonomique, garantir que les objectifs de performance ont été rencontrés, et identifier des secteurs d'amélioration potentielle.	<ul style="list-style-type: none"> • Maitre les objectifs de performance ergonomique à la disposition des utilisateurs des bâtiments • Fournir un système de rétroaction (retour d'information) informelle et continue pour collecté des réponses anonymes et leur répondre. • Maintenir l'accès continu aux utilisateurs de bâtiment pour approprier les machines d'ergonomie, l'équipement, les outils et les aides de travaille (METWA's), les ameublements, les accessoires et l'éducation. • Mener une enquête périodiques de satisfaction auprès des utilisateurs utilisant un échantillon représentatif d'au moins 30% du total des occupants du bâtiment. (voir l'exemple d'enquête type) 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3	Fournir des machines, de l'équipement, des outils, des aides de travaille (METWA's), des ameublements, et des accessoires qui réduit le risque de troubles musculo-squelettiques et sont acceptable pour une grande variété d'utilisateurs de bâtiment.	Consulter la Liste récapitulative des directives LEED pour atteindre l'étape 3 et des conditions requises pour: <ul style="list-style-type: none"> • Affichage - réglage • Affichage - réduction de reflets/éclats • Peripheries • Surface • Chaise 	<input type="checkbox"/>
4	Offrir un enseignement ergonomique pour les utilisateurs des bâtiments. Fournir au moins deux occasions pour que les utilisateurs du bâtiment puissent comprendre et profiter d'objets ergonomiques dans leur environnement. Au moins un de ces occasions doit être interactif, et au moins l'un doit inclure une explication de la METWA fourni mais aussi des ameublements, préférablement donné par le fabricant. Les évaluations doivent être dirigées apres l'education ergonomique.	<ul style="list-style-type: none"> • Des séances en salle de classe participative menée par un professionnelle ergonomique. • Accès à la littérature sur les produits de base et les connaissances ergonomiques pertinentes aux tâches des utilisateurs du bâtiment • Evaluations répétitifs ou régulières de poste de travail • Produit interactive basés sur Internet comme les outils d'évaluation et de formation • Des activités qui permettent l'apprentissage par expérience comme l'accès à la salle d'exposition d'un fournisseur d'ameublement ergonomique. 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Les Exigences Ergonomiques d' USGBC pour l'innovation et le design.

Etape 3 liste de contrôle pour utilisateurs qui passent plus de 50% de leurs temps sur postes de travail informatique.

Objet	Conseils	Cocher
Affichage- réglage	L'écran devrait être centrée directement en face du corps	<input type="checkbox"/>
	Le haut de l'écran ne devrait pas dépasser la hauteur des yeux	<input type="checkbox"/>
	L'écran devrait être placé à 46-91cm des yeux	<input type="checkbox"/>
	L'utilisateur devrait avoir le contrôle de l'angle d'inclinaison de l'écran et la position de l'écran sur la surface de travail.	<input type="checkbox"/>
	L'utilisateur doit avoir la capacité d'ajuster le niveau d'écran suffisamment vers le bas pour accommoder des verres à double foyer ou des lentilles d'addition progressives (PALs), qui peuvent être, de manière significative, plus bas que la hauteur d'oeil.	<input type="checkbox"/>
Affichage - réduction de reflets/éclats	L'utilisation de technologies comme des écrans plat ou des dispositifs anti-reflet est encouragée	<input type="checkbox"/>
	L'écran devrait être positionné de telle sorte que les sources de lumière ne créeront pas l'éclat.	<input type="checkbox"/>
Périphéries	Les documents doivent être placés sur un porte-document/dans une pochette immédiatement à gauche, à droite ou en dessous de l'écran.	<input type="checkbox"/>
	Le clavier doit être positionné de sorte que la rangée avec les touches F et J ne dépasse pas le coude.	<input type="checkbox"/>
	L'utilisateur doit avoir l'habilité de régler l'inclinaison du clavier et de régler la pente des clés de façon à être plat, si il le désire.	<input type="checkbox"/>
	Il doit y avoir assez de place pour que la souris ou dispositif de pointage puisse être utilisé à proximité du clavier (à gauche, à droite ou à l'avant). Si un support séparé de clavier réglable est utilisé, il doit disposer d'un espace spécialement conçu pour utiliser une souris ou dispositif de pointage, de préférence le tapis de souris doit avoir la capacité d'être positionné à plat si le clavier est incliné. Le bras utilisé pour contrôler le dispositif de pointage en charge, soutenu sur la surface de travail ou accoudoir de la chaise.	<input type="checkbox"/>
	Claviers ergonomique correcte, souris, téléphones et autres accessoires de support doivent être achetés lorsque cela est possible.	<input type="checkbox"/>
Surface	Avoir une surface de travail suffisante pour supporter correctement ordinateur et accessoires. Disposer d'une surface avec des dimensions minimales de 71.1cm de largeur par 61cm de profondeur.	<input type="checkbox"/>
	Suffisamment d'espace libre devrait être permis dans la surface pour permettre aux jambes et pieds d'être disposé dans de multiples positions.	<input type="checkbox"/>
	Meubles pour les stations de travail multi-occupants qui permettent à l'utilisateur de contrôler la hauteur de surface et de soutien, avec la hauteur de surface initialement à la hauteur du coude. Si les postes de travail sont pour un seul occupant, il est acceptable que la direction des installations ajuste la hauteur des surfaces.	<input type="checkbox"/>
Chaise	Fournir une gamme de types de chaise ou préside des caractéristiques qui optimisent les exigences de bon employés et les conditions de tâches.	<input type="checkbox"/>
	Les chaises doivent avoir une grande variété de réglage.	<input type="checkbox"/>

Exigences Ergonomiques d' USGBC pour l'innovation et le design.

Liste de contrôle de soumissions pour utilisateur qui passent plus de 50% de leurs temps sur postes de travail informatique.

Narrative requise	Cocher
1. Les mesures prises pour identifier les opportunités d'amélioration ergonomique.	<input type="checkbox"/>
2. Une bref vérification qu'il est possible de dépasser les pratiques standard de l'industrie pour atteindre un poste de travail ergonomique supérieure.	<input type="checkbox"/>
3. Les objectifs de performances, les espérances, et les mesures prises pour les atteindre.	<input type="checkbox"/>
4. Les procédures mises en place pour suivre et communiquer les résultats de la stratégie ergonomique. Cela inclut la description de la façon dont chacune des actions nécessaires auront lieu et la collaboration avec l'équipe de gestion qui va exécuter ces procédures.	<input type="checkbox"/>
5. Comment les METWA et mobiliers achetées profiteront aux utilisateurs de construction pendant qu'il effectue des tâches et activités habituels, les critères de sélection utilisés pour choisir les produits (par exemple, comment la sécurité et la santé de l'utilisateur du bâtiment a été pris en compte), et la façon dont les produits accueilleront une large gamme de tailles pour tous besoins. Ils notent que les besoins de plusieurs tailles peuvent généralement être atteints en achetant des produits qui viennent en «familles» (petites, moyennes, grandes) ou qui sont très réglable.	<input type="checkbox"/>
6. Deux opportunités d'éducation ergonomique doivent être mises à la disposition des utilisateurs des bâtiments, y compris leurs objectifs et le contenu. Les opportunités devraient envisager d'inclure les sujets suivants: <ol style="list-style-type: none"> a. Les causes possibles d'inconfort musculo-squelettiques. b. Changer les habitudes de travail si vous ressentez des malaises pendant ou après le travail. c. L'avantage de prendre des pauses, soit en modifiant les tâches exécutées ou en quittant leur poste de travail. d. L'avantage de reposer les yeux toutes les 20 minutes. e. Comment positionner correctement et régler la hauteur et l'angle et la position de: l'écran, le clavier, la souris, la lampe de bureau et la chaise. f. Postures acceptables pour la tête, le cou, les épaules, bras, poignets, le dos, les jambes et les pieds. g. L'avantage de régulièrement changer de posture, soit grâce à l'adaptation des meubles ou la modification des tâches effectuées. h. Comment gérer les reflets sur l'écran de l'ordinateur. i. Un point de contact en cas de gêne qui devient fréquent (plusieurs fois par semaine) 	<input type="checkbox"/>
7. Une liste de METWA acheté et meubles qui ont été choisis pour minimiser les risques de travail liés à des troubles musculo-squelettiques. (La présentation peut inclure des feuilles coupées et l'information du fabricant pour chaque METWA).	<input type="checkbox"/>
8. Es-ce-que les METWA, meubles et autres solutions ergonomiques ont montré une réduction de: <ul style="list-style-type: none"> • Postures de travail maladroit, non-neutres (par exemple, cou, épaules, mains-poignets, bas du dos, les coudes, les membres inférieurs). • Durée des postures de travail soutenue / statiques (par exemple, penché en avant, les bras levés, poignée en continu). • Forces de pincements associés aux tâches nécessaires (par exemple les bons outils). • Répétition et la durée des tâches, en particulier ceux avec des postures non neutres et / ou des forces supérieures. • Stress par contact - repos de tissu fragile/mou du corps sur les surfaces dures ou tranchants. 	<input type="checkbox"/>