

Télétravail: Restez en santé même à distance!

La pandémie a transformé le paysage du travail. Le télétravail est devenu la norme pour de nombreux employés.

Quels sont les impacts de cette nouvelle façon de travailler sur la santé et le bien-être??

TMS*

INCAPACITÉ

On a réalisé une revue approfondie de la littérature scientifique

* Troubles Musculo-Squelettiques



Le télétravail peut influencer l'incapacité de travail de différentes manières

TMS
PRÉSENTÉISME
STRESS
FLEXIBILITÉ
ISOLEMENT
MINIMISATION DE LA MALADIE

Des solutions existent!!
Ergonomie ou des exercices!

Les **TMS** sont très fréquents touchant principalement le cou, le dos, et les membres supérieurs.

PERSONNEL:

↓ ACTIVITÉ
↑ STRESS

ENVIRONNEMENTAL

→ CHARGE FAMILLE
POSTE DE TRAVAIL INADAPTE

PROFESSIONNEL

HORAIRES
+ CHARGE DE TRAVAIL

Une approche globale entre soutien organisationnel et personnalisé:
CLÉ du bien être et de la productivité des travailleurs.

à lire ici!



Projet financé par:



REPAR
FRQS



irsst

QN Hong, J Li, M Kersalé, E Dieterlen, A Mares, Z Ahmadian
Sangkar, V Paquet, V Lederer, M Laberge & MF Coutu

PM