



1. Les sources de lumière

- Les **deux sources lumineuses** sont l'éclairage **naturel** (soleil) et l'éclairage **artificiel** (lampes).
- La quantité de lumière reçue par une surface ou un objet correspond à l'**éclairement**. Il se mesure en **lux**. Plus la tâche est précise, plus le **niveau d'éclairement minimal** précisé par le **Code du travail** est élevé.

2. Des situations dangereuses

- Les situations suivantes peuvent représenter des dangers pour les salariés :
 - une zone de travail avec un **niveau d'éclairement insuffisant** ;
 - une zone d'**éblouissement** ;
 - la présence de **contrastes**.

3. Les effets sur l'organisme

- Un éclairage non adapté peut entraîner, au niveau des **yeux** : une fatigue visuelle, des brûlures, des larmoiements, des rougeurs et des picotements.
- Il peut également être source de **douleurs cervicales, maux de tête et vertiges**.

4. Les mesures de prévention

- Pour prévenir les risques liés à un mauvais éclairage, il convient d'agir sur trois domaines :
 - l'**éclairage** (exemples : préférer l'éclairage indirect afin de limiter les risques d'éblouissement, respecter les niveaux d'éclairement minimal précisés par le Code du travail...) ;
 - le **poste et l'organisation du travail** (exemple : alterner des tâches à prédominance visuelle et des tâches moins contraignantes pour la vision...) ;
 - la **vision** (exemples : corriger les défauts de vision, contrôler périodiquement la vue...).