

VOUS UTILISEZ DU MATÉRIEL ÉLECTRIQUE (ASPIRATEUR,...),

Vous êtes exposés aux risques d'électrification ou d'électrocution.

PRÉVENTION

- Toujours avoir les mains sèches pour utiliser un appareil électrique,
- Débrancher par la prise sans tirer sur le fil,
- Signaler les dysfonctionnements au responsable (matériel, prise défectueuse), ne jamais faire de réparation de fortune.

VOUS AVEZ DES HORAIRES DE TRAVAIL ATYPIQUES (TÔT LE MATIN, TARD LE SOIR), VOUS AVEZ DES CONTRAINTES DE DÉLAI, VOUS TRAVAILLEZ SEUL, VOUS AVEZ DES PLANNINGS CHANGEANT À LA DERNIÈRE MINUTE

Vous êtes exposés au risque d'épuisement professionnel («burn-out») ou d'autres risques pour votre santé mentale et/ou physique (RPS : Risques Psycho-Sociaux).

PRÉVENTION

- Signaler tout dysfonctionnement ou incident à l'employeur,
- Connaître sa fiche de poste et les procédures de travail,
- Parler de vos difficultés, demander conseil (auprès du responsable, des collègues, du médecin du travail...),
- Consulter précocement un professionnel en cas d'atteinte à la santé (troubles du sommeil, troubles de l'humeur, anxiété,...),



ORGANISATION DES SECOURS (ACCIDENT, INCENDIE) :

Connaître les consignes en cas d'accident ou d'incendie, Repérer les extincteurs et s'informer de leur utilisation.

HYGIÈNE DE VIE :

Prévoir des temps de récupération suffisants (sommeil), Avoir une alimentation équilibrée, limiter les excitants (café, thé...), Ne pas consommer de produits modifiant le comportement ou les réflexes, Pratiquer une activité physique régulière protège vos articulations.

Ne pas jeter sur la voie publique - Shutterstock / conception - Eifet Coloré - Edition 2022

MÉTIERS DU NETTOYAGE DES LOCAUX

AGENT DE NETTOYAGE, TECHNICIEN DE SURFACE, AGENT DE PROPRIÉTÉ...



SENSIBILISATION AUX RISQUES PROFESSIONNELS

N'hésitez pas à nous contacter pour tout conseil ou problème de santé en relation avec le travail.

04 92 51 34 23
Gap - Embrun - Briançon
www.gest05.org
www.presanse-pacacorse.org

présanse
PRÉVENTION ET SANTÉ AU TRAVAIL
PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR-CORSE

Groupement des Entreprises
pour la Santé au Travail

GEST₀₅

VOTRE PARTENAIRE
SANTÉ TRAVAIL

VOUS EFFECTUEZ DES GESTES RÉPÉTITIFS DANS DES POSTURES CONTRAIGNANTES (ACCROUPI, BRAS SURÉLEVÉS, PENCHÉ EN AVANT,...), VOUS PORTEZ ET DÉPLACEZ DU MOBILIER, DU MATÉRIEL,...

Vous êtes exposés au risque de Troubles Musculo Squelettiques (TMS).

PRÉVENTION

- Demander et utiliser du matériel adapté à la tâche, léger et maniable, à manche télescopique,
- Utiliser des seaux avec système d'essorage intégré limitant les flexions du dos et limitant le mouvement des poignets,
- Si possible, utiliser des chariots adaptés pour transporter matériel, seaux, poubelles, linge...

- Favoriser le travail à bonne hauteur, respecter les angles de confort articulaire,
- Adopter les bonnes postures lors du port de charges (ne pas courber le dos, plier les genoux, ...),
- Alternier les tâches et les postures de travail,
- Veiller à une bonne hydratation.



NON, trop de flexion du tronc



OUI, dos plat



VOUS VOUS DÉPLACEZ À PIED (SOL MOUILLÉ, EN EXTÉRIEUR,...), AVEC DES VÉHICULES, VOUS TRAVAILLEZ EN HAUTEUR,

Vous êtes exposés aux glissades, chutes de plain-pied, chutes de hauteur, accidents de la route, ...

PRÉVENTION

- Porter des chaussures fermées à semelles antidérapantes,
- Signaler les zones mouillées par un balisage,
- Rester vigilant lors des déplacements en extérieur, changements de bâtiments notamment en cas de sols verglacés,...
- Eviter le travail en hauteur en utilisant des outils adaptés tels que manches télescopiques, outils en coude pour les dessus d'armoires.

- Pour l'accès en hauteur, proscrire l'utilisation de chaises ou autres tabourets, utiliser des moyens adaptés (escabeau stable, marche-pied...),
- Veiller au bon état des véhicules (signaler les dysfonctionnements),
- Respecter les consignes de sécurité et de vigilance lors de la conduite.



VOUS UTILISEZ DES PRODUITS DE NETTOYAGE, DES DÉTERGENTS,

Vous êtes exposés au risque chimique.

Ces produits génèrent des risques d'intoxication, d'allergie, de brûlure, par inhalation, ingestion ou contact cutané.



PRÉVENTION

- Ventiler les locaux, ne pas fumer, boire ou manger pendant l'utilisation des produits,
- Lire les étiquettes (connaître les pictogrammes), respecter les consignes d'utilisation (dilution, stockage) et les protocoles de nettoyage,
- En cas de reconditionnement de produits, reproduire l'étiquette sur le nouveau contenant, éviter les récipients de type alimentaire,
- Utiliser de préférence des produits sans pictogramme de danger,
- Utiliser, si possible, des seaux avec système d'essorage intégré limitant le contact avec les produits,

- Porter les EPI (Equipements de Protection Individuelle) appropriés : gants imperméables sans latex, tenue de travail, lunettes suivant les activités,...
- Se laver régulièrement les mains avec un savon et les sécher,
- Signaler toute irritation de la peau, des yeux, des voies respiratoires ou autres symptômes au médecin.

Ne pas mélanger et ne pas utiliser plusieurs produits à la fois (risque de réactions chimiques).

Je ronge



J'explose



Je tue



Je suis sous pression



Je nuis gravement à la santé



J'altère la santé ou la couche d'ozone

Je fais flamber

Je pollue

Je flambe

VOUS VIDEZ DES POUBELLES, VOUS RAMASSEZ DES DÉCHETS, VOUS NETTOYEZ LES SANITAIRES, VOUS ÊTES POTENTIELLEMENT EN CONTACT AVEC DES OBJETS SOUILLÉS...

Vous êtes exposés au risque biologique (virus, bactéries, ...).

PRÉVENTION

- Ne jamais mettre les mains à l'intérieur des sacs poubelles, manipuler les sacs par les anses,
- Porter les gants pour la manipulation d'articles sales ou souillés, pour le nettoyage des sanitaires,
- Tenir vos vaccinations à jour,

- Conduite à tenir en cas d'Accident avec Exposition au Sang,
- Déclarer toute piqûre, coupure en Accident de Travail.

