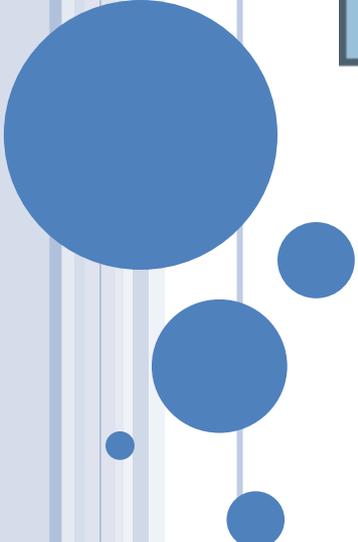


A light blue rectangular box with a dark blue border containing the text 'La Sécurité Notre Priorité' in a bold, dark blue, sans-serif font. The text is slightly tilted upwards to the right.

La **Sécurité**
Notre **Priorité**

A series of five blue circles of varying sizes arranged in a vertical line on the left side of the slide, with the largest circle at the top.

**La Prévention des Risques
Professionnels**

SOMMAIRE

ACCUEIL

1 –Introduction

2 –La prévention des risques

- ✓Définition

- ✓Les obligations salariés et employeurs

- ✓Les 9 principes de prévention

- ✓AT et MP

3 –Les risques professionnels

- ✓Les notions essentielles : risques, dangers

- ✓Les EPI : quel EPI pour quel risque ?

- ✓Chasse aux risques

4 –Ergonomie : anatomie et principes généraux

- ✓Les TMS

- ✓Film PRAP

1 -INTRODUCTION

**POUR VOUS QU'EST CE QUE
LA PRÉVENTION DES
RISQUES ?**

**POURQUOI FAIRE DE LA
PRÉVENTION DES RISQUES
?**



1 -INTRODUCTION

La Santé et la Sécurité sont des priorités fortes.
Mais la sécurité n'est pas seulement l'affaire de la Direction ou du service Environnement et Prévention.

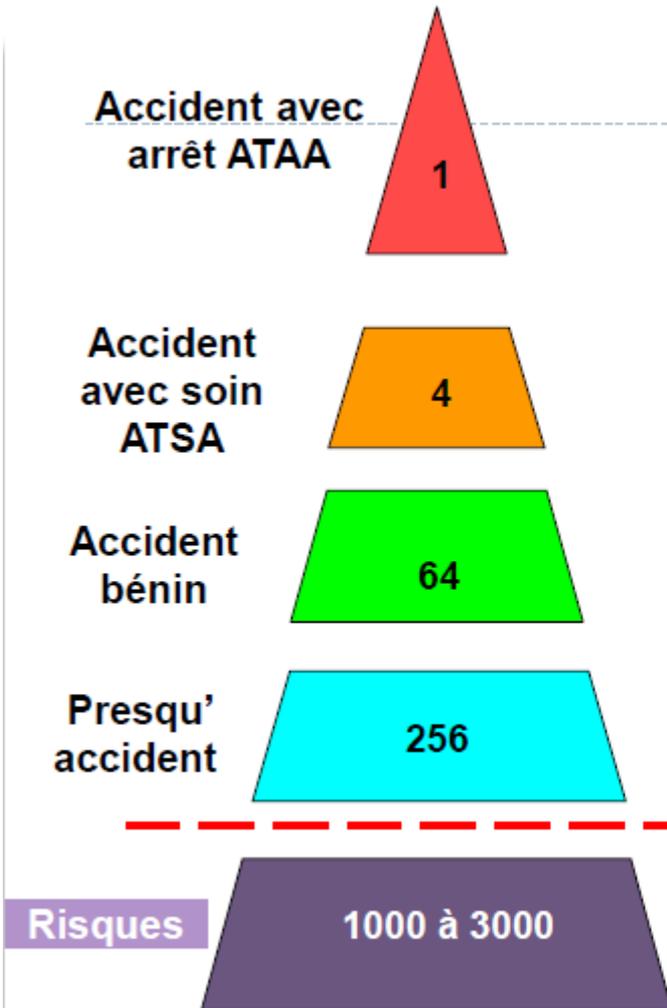
C'est aussi celle de chacun d'entre nous.

Notre environnement étant en constante évolution, notre attention de tous les jours doit être une évidence en respectant quotidiennement les différentes règles de sécurité à chaque poste de travail.

Il faut mettre la santé et la sécurité au cœur de nos priorités.

Le risque zéro n'existant malheureusement pas, le respect des basiques sécurités, la rigueur et la vigilance de chacun d'entre doit être une priorité.





La Prévention : une Priorité

- Signaler systématiquement TOUTE situation à risque
- Toujours penser : « je suis la personne la plus concernée par ma sécurité »
- Respecter les règles de sécurité : port des EPI

Nous n'éliminerons jamais tous les risques !
L'objectif est de les connaître pour mieux les maîtriser!

2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES



2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

DÉFINITION

- ✓ La prévention des risques professionnels recouvre l'ensemble des dispositions à mettre en œuvre pour préserver la santé et la sécurité des salariés, améliorer les conditions de travail et tendre au bien-être au travail.
- ✓ Une démarche de prévention des risques professionnels se construit en impliquant tous les acteurs concernés et en tenant compte des spécificités de l'entreprise :
 - Taille, Organisation, Production
 - sous-traitance, co-traitance, Intérim
 - implantation géographique multiple,
 - présence de tiers externes comme du public ou des clients...
- ✓ Un accident ou une maladie professionnelle résulte toujours de causes liées à des facteurs de risques techniques, humains, organisationnels ou de l'incidence conjointe de ces facteurs souvent multiples et interdépendants.



2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

DÉFINITION

✓ La prévention des risques professionnels ne se résume pas à l'ensemble de mesures à prendre pour éviter qu'une situation de travail ne se dégrade au point qu'un accident ou une maladie ne survienne.

✓ **C'est aussi une attitude: par exemple, le comportement individuel (méconnaissance ou négligence) a parfois autant d'importance que la stratégie et les moyens de prévention.**

✓ L'implication des employés, leur culture sécuritaire obtenue et renforcée par la sensibilisation aux risques, l'information et la formation, est fondamentale pour lutter efficacement contre les facteurs de risque.



2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES OBLIGATIONS SALARIÉ / EMPLOYEUR



2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES OBLIGATIONS DE L'EMPLOYEUR



- ✓ **L'employeur est celui qui met en œuvre la démarche de prévention dans son entreprise. Il est en effet responsable de la santé et de la sécurité de ses salariés.**
- ✓ **Il coordonne ses différentes équipes et attribue les moyens nécessaires à la préservation de la santé physique et mentale de tous ses salariés.**
- ✓ **L'employeur est responsable devant la loi de la santé et de la sécurité des salariés dans son entreprise. Il est tenu à une obligation de sécurité.**
- ✓ **Il s'agit d'une obligation de résultat, et à ce titre, il est le garant de la politique de prévention et de sa mise en œuvre. Pour cela, il s'entoure des compétences nécessaires et est conseillé par le médecin du travail.**

2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES OBLIGATIONS DU SALARIÉ



(Art. L. 4121-1 et suivants du Code du travail)

- ✓ Les salariés sont **des acteurs essentiels à la mise en œuvre de la démarche de prévention dans leur entreprise.**
- ✓ Vos connaissances pratiques des postes de travail vous confèrent un rôle important notamment pour identifier les risques, pour suggérer des améliorations et proposer des mesures de prévention adaptées à votre activité.
- ✓ **Vous appliquez les procédures mises en place et respectez les consignes données.**
- ✓ Vous mettez en lumière des contraintes directement vécues dans le cadre de votre travail
- ✓ Vos remarques sont d'autant plus intéressantes qu'elles pointent des difficultés qui ne sont pas forcément visibles pour des personnes extérieures à votre poste du travail.

2 –LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES 9 PRINCIPES DE PRÉVENTION

**SANTÉ SÉCURITÉ
AU TRAVAIL**

**9 PRINCIPES
DE
PRÉVENTION**



2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES 9 PRINCIPES DE PRÉVENTION

Pour mettre en place une démarche de prévention, **il est nécessaire de s'appuyer sur les neuf grands principes généraux** qui régissent l'organisation de la prévention.

- Éviter les risques,
- Évaluer les risques
- Combattre les risques à la source
- Adapter le travail à l'Homme
- Tenir compte de l'évolution de la technique
- Remplacer ce qui est dangereux par ce qui l'est moins
- Planifier la prévention
- Donner la priorité aux mesures de protection collective
- Donner les instructions appropriées aux salariés



Ces principes montrent le caractère plurifactoriel (organisationnel, humain, technique...) des risques professionnels.

2 –LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES AT LES MP

ACCIDENT DU
TRAVAIL

2 –LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES ACCIDENTS DU TRAVAIL

✓ Accidents de travail (AT) : l'accident survenu à toute personne salariée par le fait ou à l'occasion du travail, y compris les salariés en mission permanente pour l'entreprise à l'extérieur de celle-ci ou ceux en déplacement professionnel

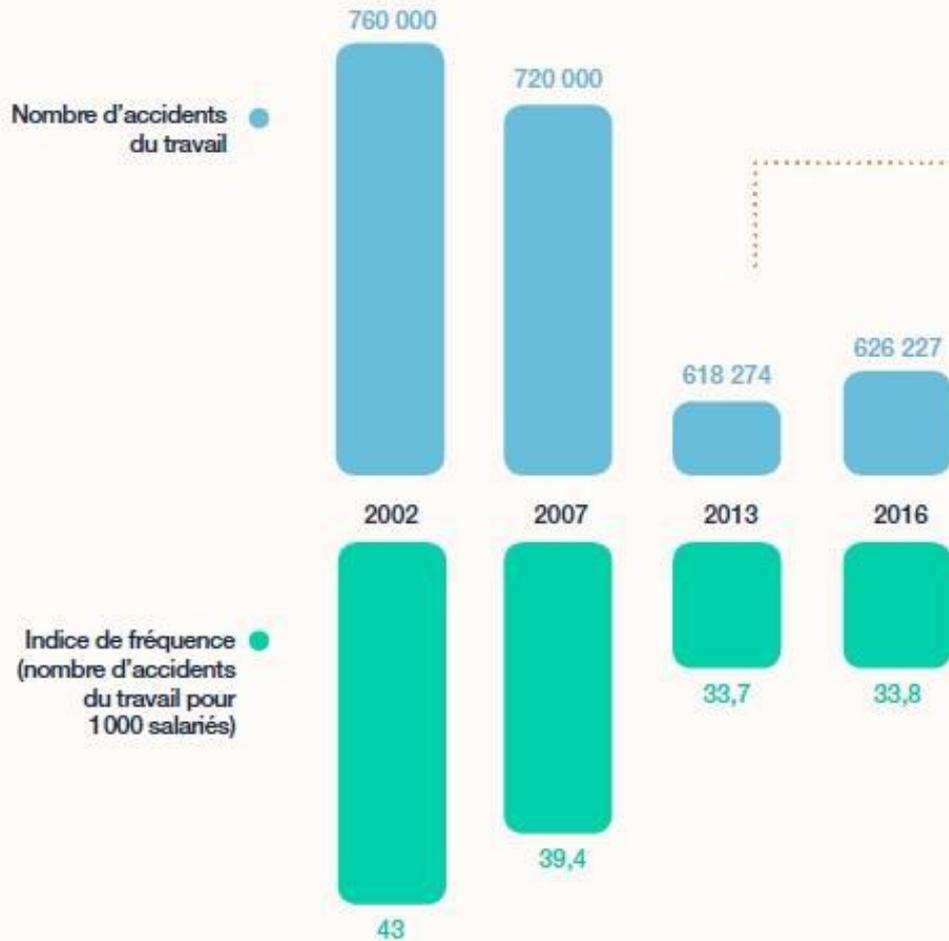
➤ L'employeur doit déclarer à la CPAM dans les 48 heures tout AT travail dont il a eu connaissance et quelles que soient les circonstances.

➤ L'employé accidenté doit déclarer l'AT à son employeur dans les 24 heures et lui transmettre le volet 4 du certificat médical initial (CMI).



2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES STATISTIQUES



Une tendance générale de baisse des accidents du travail depuis 15 ans

Accidents du travail en premier règlement, c'est-à-dire ayant donné lieu à un arrêt de travail ou à une incapacité permanente.

2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

LES STATISTIQUES

Un rapport inédit révèle à quel point la lombalgie liée au travail est un sujet préoccupant de santé publique

Pour la première fois, l'Assurance Maladie - Risques professionnels a diffusé un rapport centré sur une pathologie, la lombalgie, afin d'informer professionnels de santé, médias et employeurs sur son importance et ses conséquences pour l'entreprise comme les salariés.

Ce premier rapport sera désormais réalisé chaque année sur un nouveau risque, de façon à mettre en lumière les pathologies les plus importantes ou émergentes dans l'univers professionnel.

Lombalgie : terme désignant une douleur située au niveau des vertèbres lombaires, partie basse du dos

167 000 accidents du travail lombalgie en 2015 + 2300 par an depuis 10 ans



20 % du nombre d'accidents du travail

Depuis 2005, la part des lombalgies dans le total des accidents du travail a augmenté de 13 % à près de 20 %

2 MOIS d'arrêt de travail en moyenne pour les lombalgies accidents du travail

2 – LA PRÉVENTION DES RISQUES

LA SINISTRALITÉ

La manutention et les chutes, principales causes d'accidents du travail



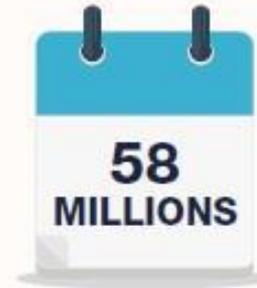
53 % des accidents du travail causés par des manutentions manuelles



25 % chutes (de hauteur ou de plain-pied)



9 % outillage à main



de journées non travaillées



L'équivalent de
233 000 EMPLOIS
à temps plein

2 - LA PRÉVENTION DES RISQUES

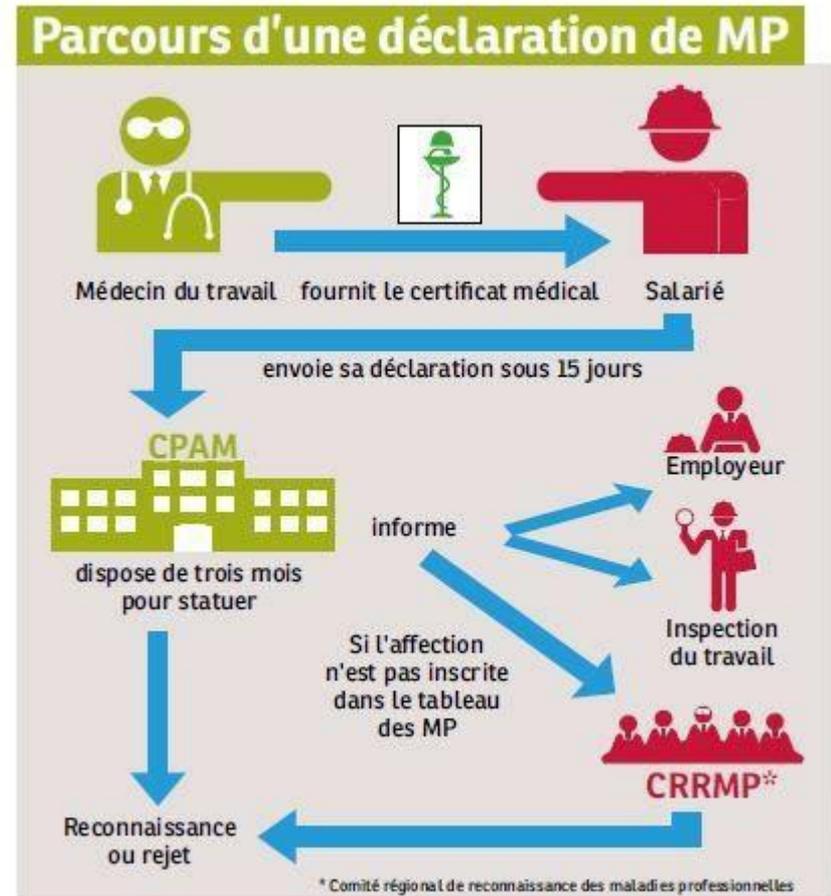
LES MALADIES PROFESSIONNELLES

✓ Maladie Professionnelle (MP) :

Une maladie est dite professionnelle si elle résulte de l'exposition d'une personne à un risque physique, chimique ou biologique lors de l'exercice de son activité professionnelle.

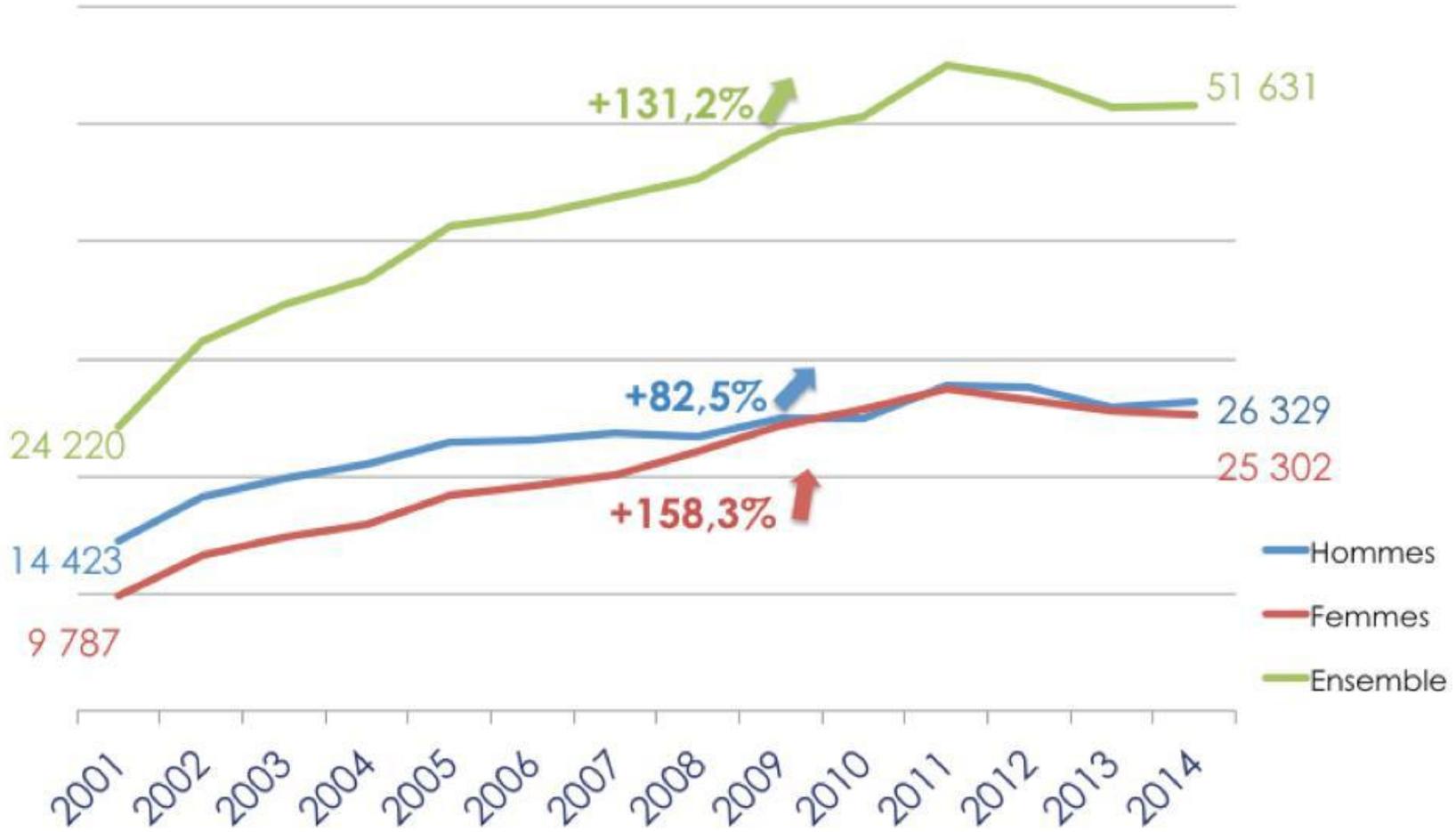
✓ Le patient doit réunir trois conditions afin d'être pris en charge par l'Assurance maladie :

- la maladie doit être présente sur l'un des tableaux
- il doit avoir été exposé à un risque et en apporter la preuve ;
- son affection doit avoir été constatée par un médecin.



LES STATISTIQUES

Évolution du nombre des maladies professionnelles en France 2001-2014



3 - LES RISQUES PROFESSIONNELS



3 – LES RISQUES PROFESSIONNELS

LES NOTIONS ESSENTIELLES



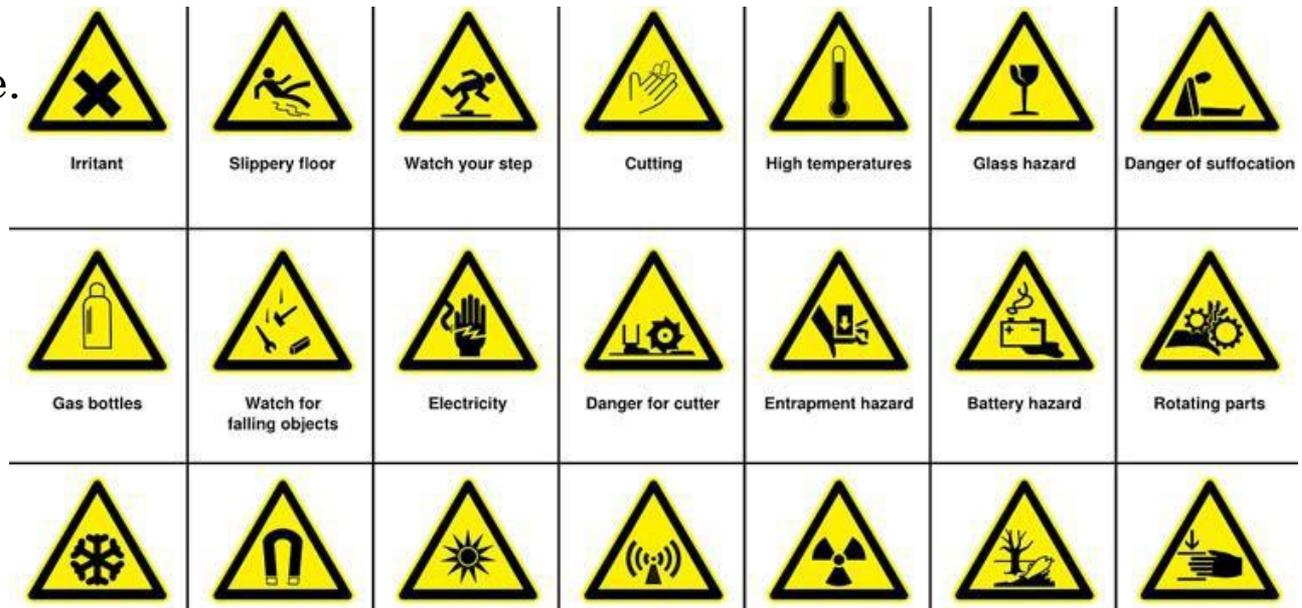
3 - LES RISQUES PROFESSIONNELS

LES NOTIONS ESSENTIELLES : LE DANGER

✓ C'est la capacité ou la propriété intrinsèque d'un équipement (presse, tronçonneuse, électricité), d'une substance (chlore), d'une méthode de travail (travaux en hauteur, activités sous forte cadence), d'une situation particulière (sol glissant, carrefour mal signalé), susceptible de causer un dommage pour la santé des travailleurs.

✓ Les exemples de dangers :

- Intoxicant.
- Inflammable.
- Brulant.
- Explosif.
- Electrifié.
- Coupant.
- Ecrasant.



3 –LES RISQUES PROFESSIONNELS

LES NOTIONS ESSENTIELLES : LE RISQUE

- ✓ C'est la cause capable de provoquer une lésion ou une atteinte à la santé.
- ✓ Les risques sont évalués selon deux critères: probabilité de l'évènement non souhaité et gravité du dommage causé, par son intensité et/ou son étendue.
- ✓ Le risque global d'une situation de travail donnée est la sommation de toutes les conséquences des événements non souhaités qu'elle est susceptible d'engendrer, affectées de leur probabilité.



RISQUE = DANGER + EXPOSITION

3 – LES RISQUES PROFESSIONNELS

NOTION DE RISQUES

Risque = éventualité d'une rencontre entre
l'homme et le danger

Il faut connaître les risques de son
environnement pour mieux les prévenir

**= anticipation, observation de son
environnement de travail**

QUEL EST LE RISQUE ?



RISQUE MÉCANIQUE



**Risque de coupure /
Cisaillement**



Risque d'écrasement



Risque d'entraînement



Risque de brûlure

QUEL EST LE RISQUE ?



RISQUE CHIMIQUE

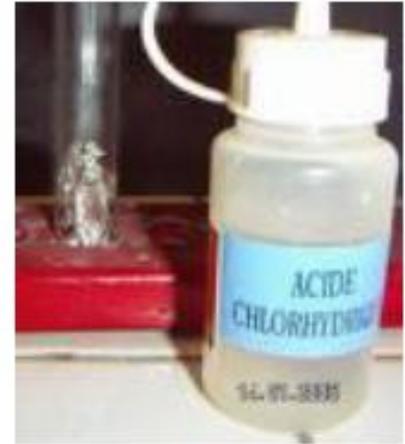


Projection de produit chimique (peau, yeux)



Inhalation / Ingestion

Brûlures chimiques



Absence d'identification / Méconnaissance des produits

QUEL EST LE RISQUE ?



RISQUE LIÉ À L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Éclairage



Poussières



Ambiance thermique

Bruit



Vibration

3 -LES EPI

QU'EST CE QU'UN EPI ?



3 – LES EPI

QU'EST-CE QU'UN EPI ?

- > Les EPI sont définis comme «**des dispositifs ou moyens destinés à être portés ou tenus par une personne en vue de la protéger contre un ou plusieurs risques susceptibles de menacer sa santé ou sa sécurité**».
- > Ces équipements sont très différents, tant par les risques contre lesquels ils protègent, que par leur degré de complexité.



Existe-t-il des règles pour la fabrication et la conception des EPI ?

- > Le fabricant doit respecter des règles techniques de conception et des procédures de certification avant la mise sur le marché.
Cela garantit la performance de l'EPI.
- > Le fabricant doit apposer un marquage de conformité.



3 -LES EPI

Vous êtes fragiles...

				VOS YEUX	
					VOS MAINS
				VOS PIEDS	
				VOS OREILLES	
				VOTRE TÊTE	
				VOTRE CORPS	
				VOS VOIES RESPIRATOIRES	

Utilisez le bon EPI adapté pour le bon risque !

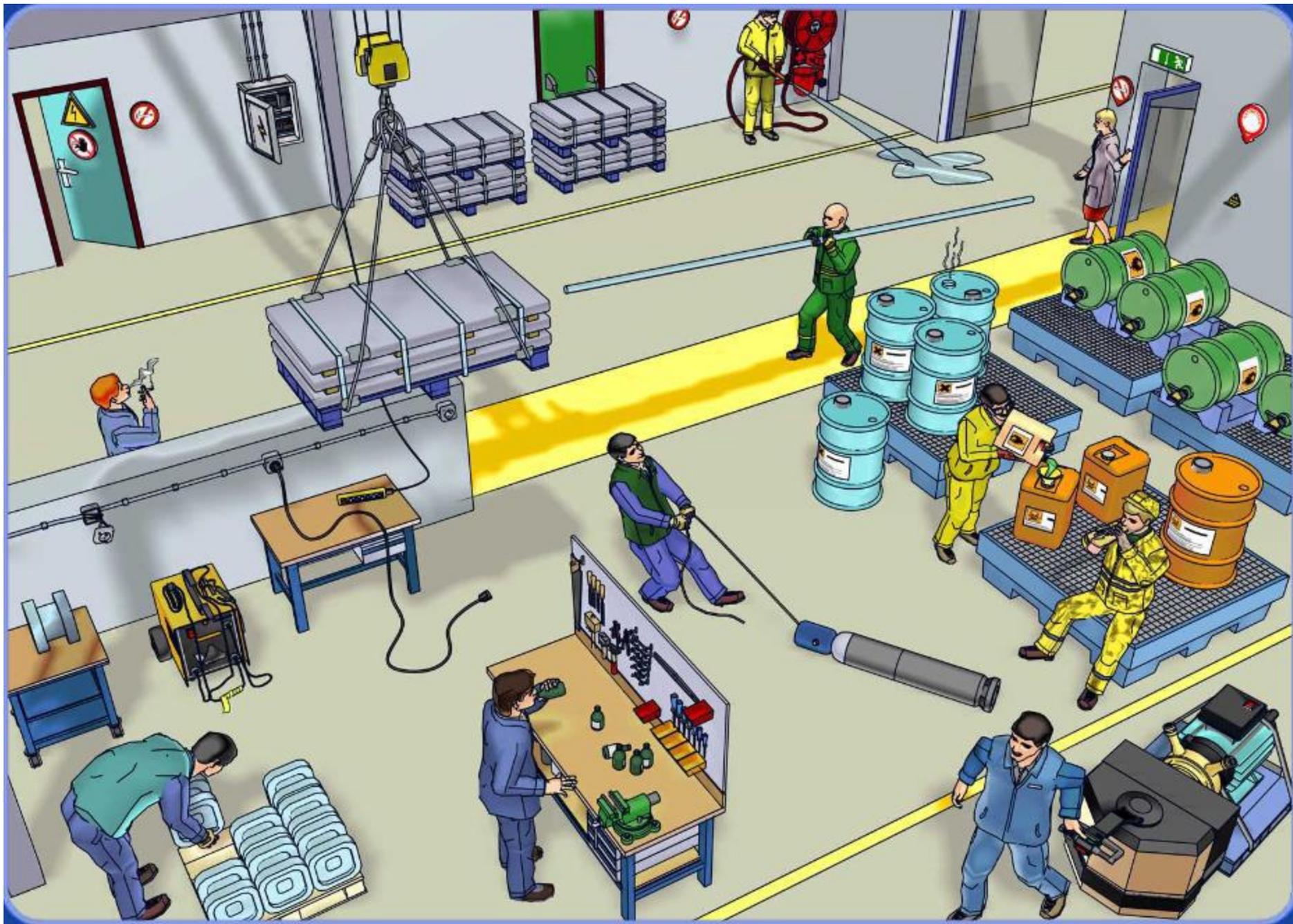
3 – LA CHASSE AUX RISQUES

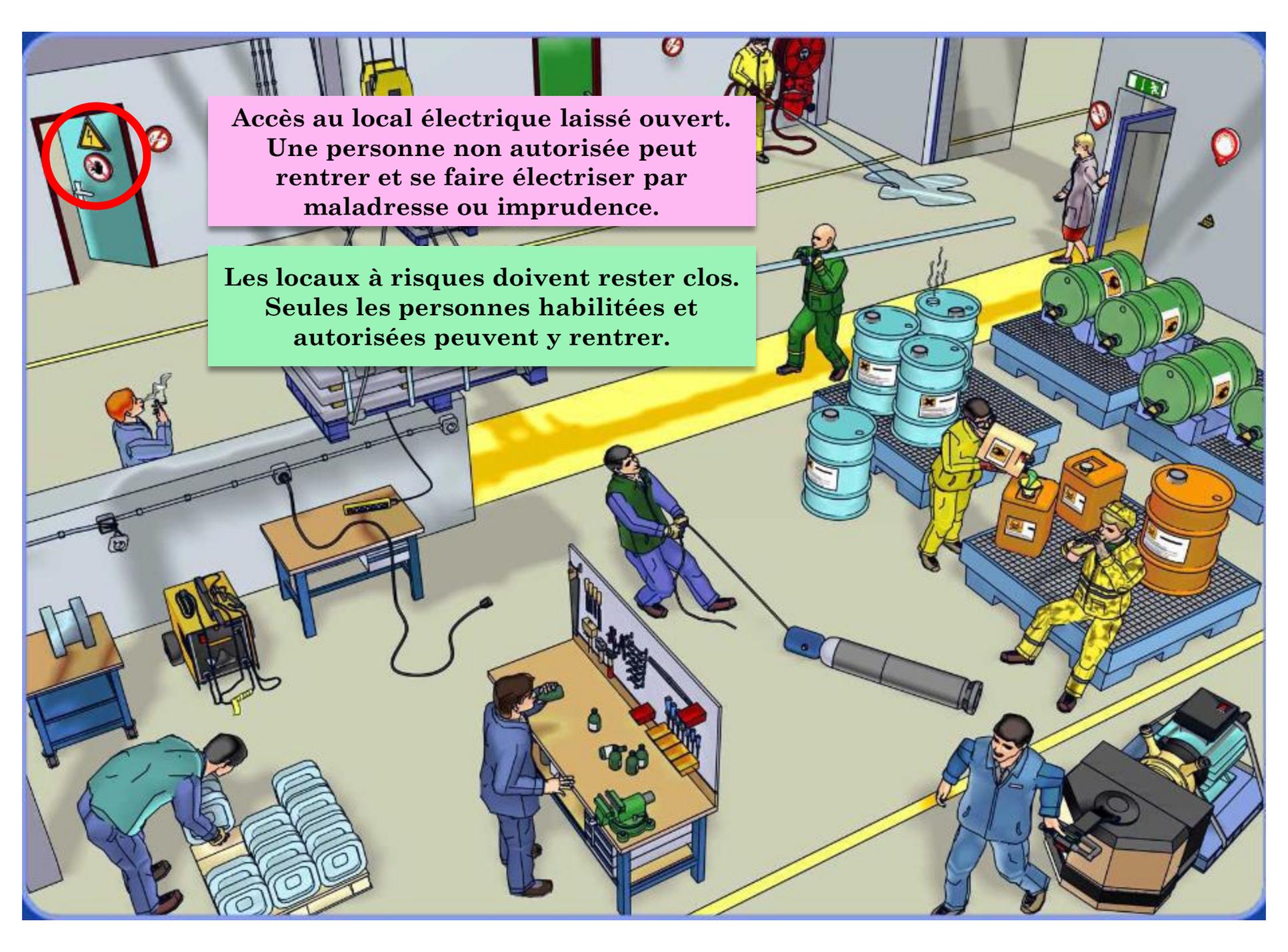


CHASSE AUX RISQUES

Dans l'atelier que vous allez voir, cherchez
les 20 situations à risques

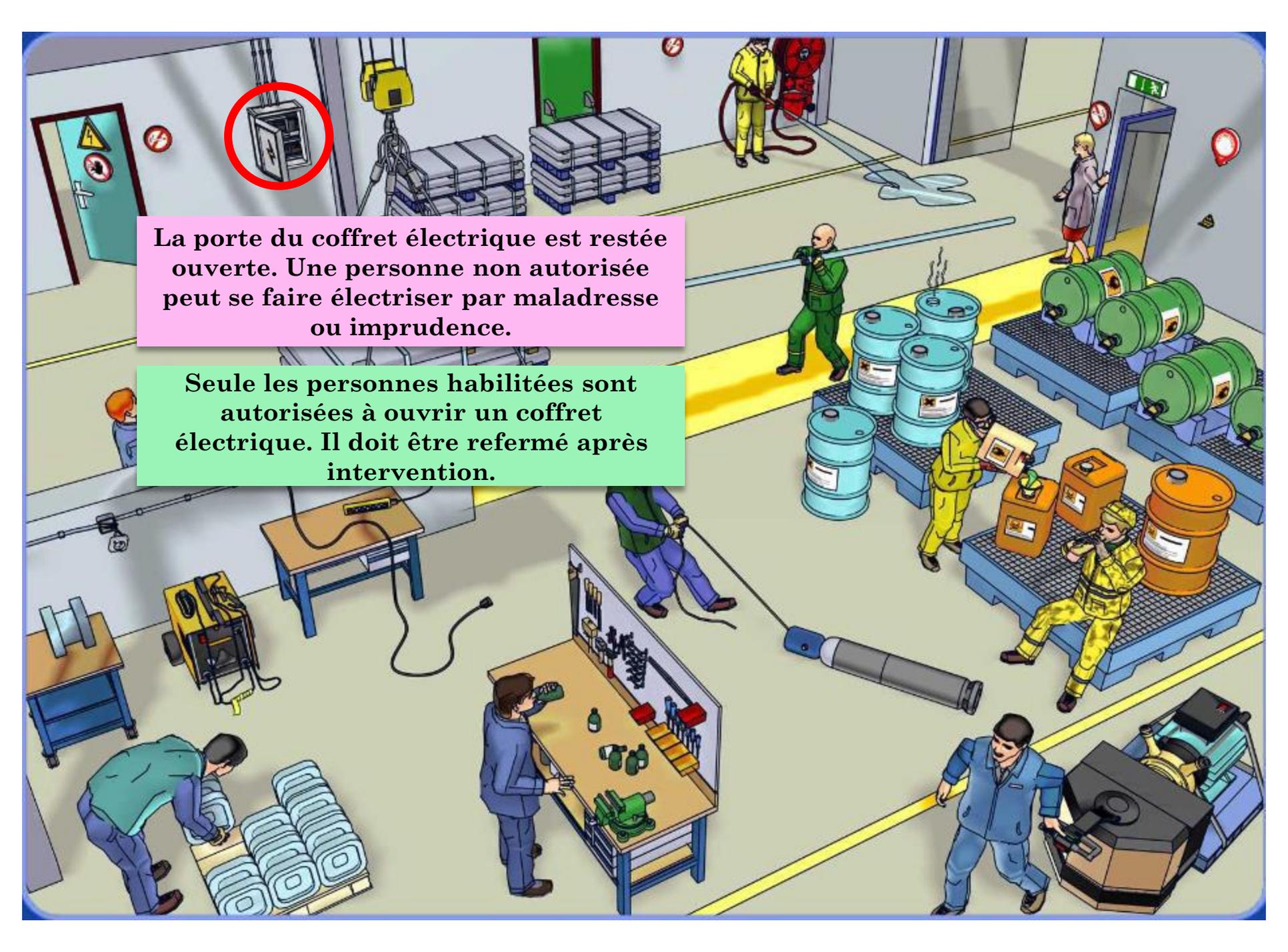






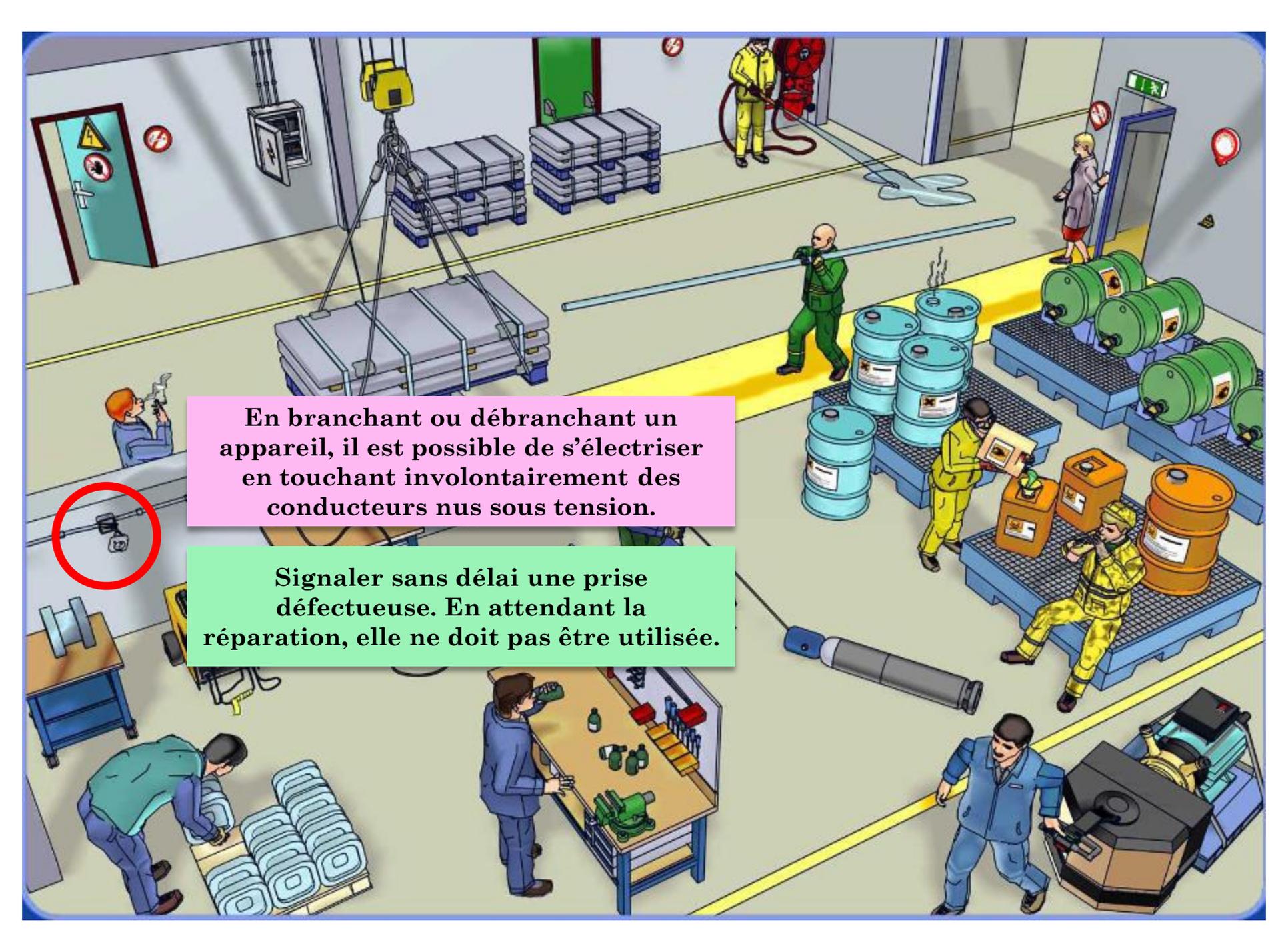
**Accès au local électrique laissé ouvert.
Une personne non autorisée peut
rentrer et se faire électriser par
maladresse ou imprudence.**

**Les locaux à risques doivent rester clos.
Seules les personnes habilitées et
autorisées peuvent y rentrer.**



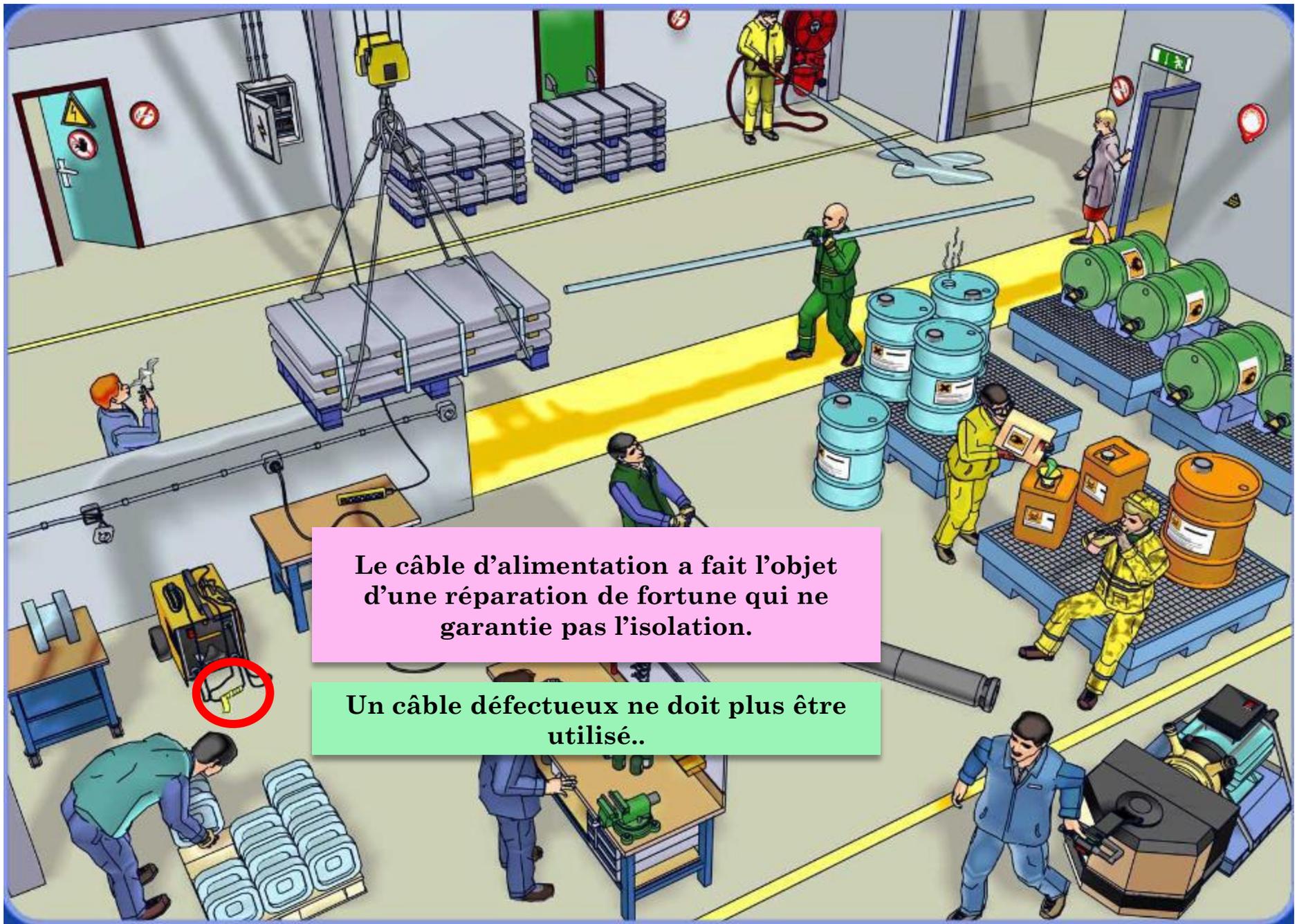
La porte du coffret électrique est restée ouverte. Une personne non autorisée peut se faire électriser par maladresse ou imprudence.

Seule les personnes habilitées sont autorisées à ouvrir un coffret électrique. Il doit être refermé après intervention.



En branchant ou débranchant un appareil, il est possible de s'électriser en touchant involontairement des conducteurs nus sous tension.

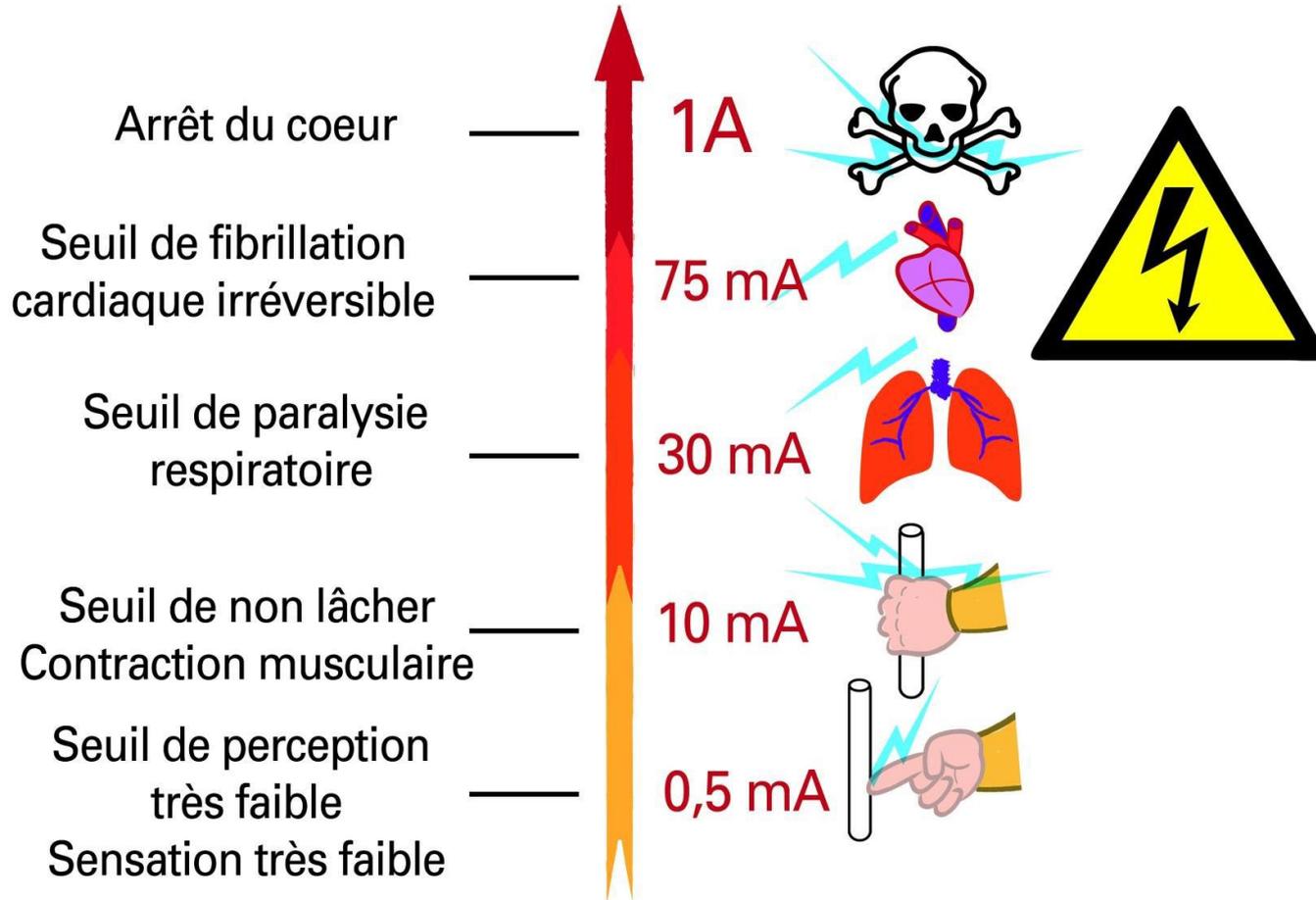
Signaler sans délai une prise défectueuse. En attendant la réparation, elle ne doit pas être utilisée.



Le câble d'alimentation a fait l'objet d'une réparation de fortune qui ne garantit pas l'isolation.

Un câble défectueux ne doit plus être utilisé..

3 -LE RISQUE ÉLECTRIQUE



3 –LE RISQUE ÉLECTRIQUE

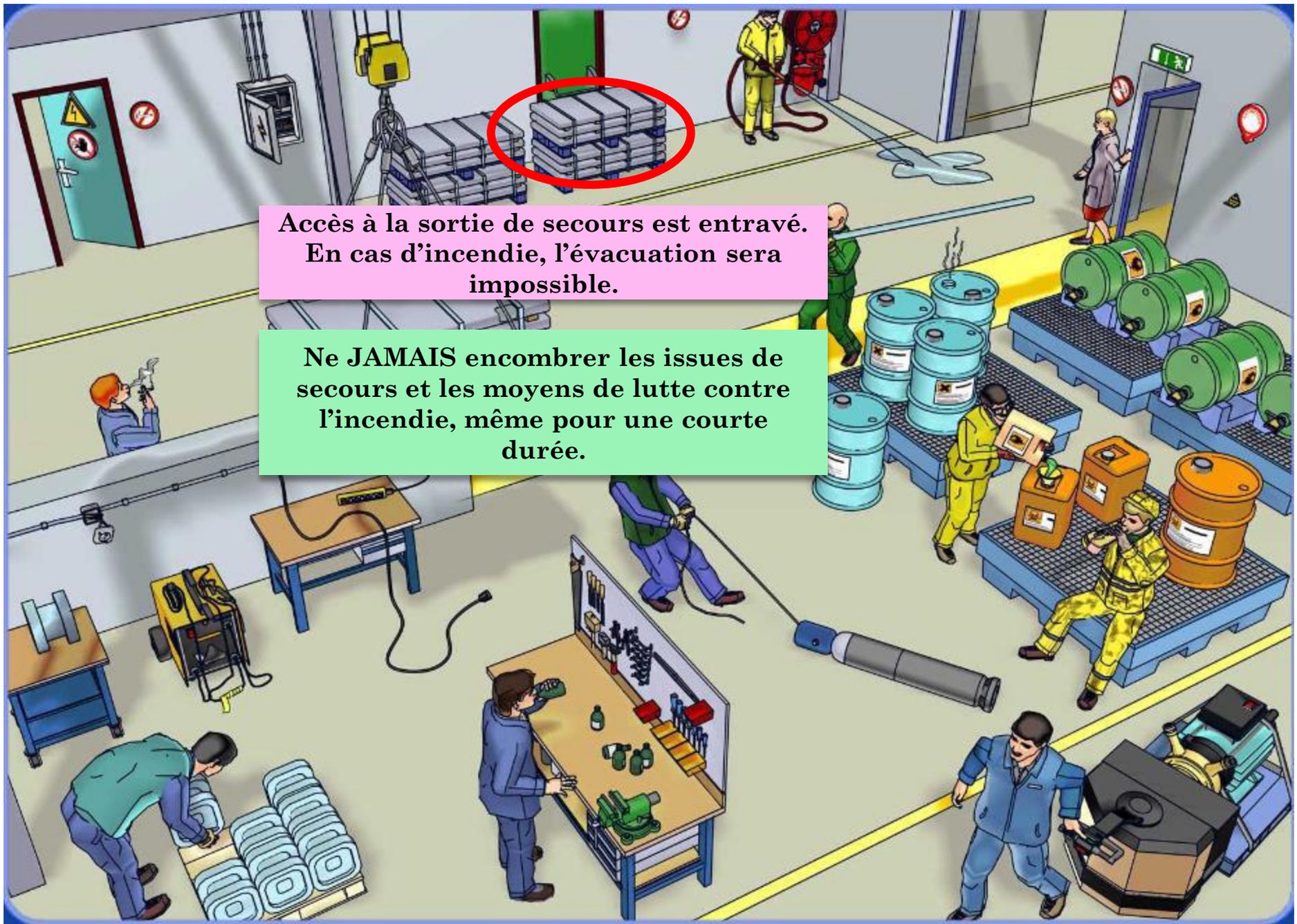
Il existe 2 modes de contact pouvant être à l'origine d'un accident électrique :

- ✓ **Le contact direct** : lorsqu'une personne touche directement (ou avec un outil) des pièces nues sous tension. Cela correspond à 95% des cas d'accidents
- ✓ **Le contact indirect** : lorsqu'une personne touche une masse métallique mise accidentellement sous tension à la suite d'un défaut d'isolement. Cela correspond à 5% des cas d'accidents.

Les risques encourus :

- ✓ **L'électrisation** : c'est le passage d'un courant électrique dans le corps, elle provoque des blessures plus ou moins graves (des brûlures par exemple). Une électrisation peut être plus ou moins grave selon la durée du passage et l'intensité du courant.
- ✓ **L'électrocution** : cela désigne des cas d'électrisation entraînant un décès.



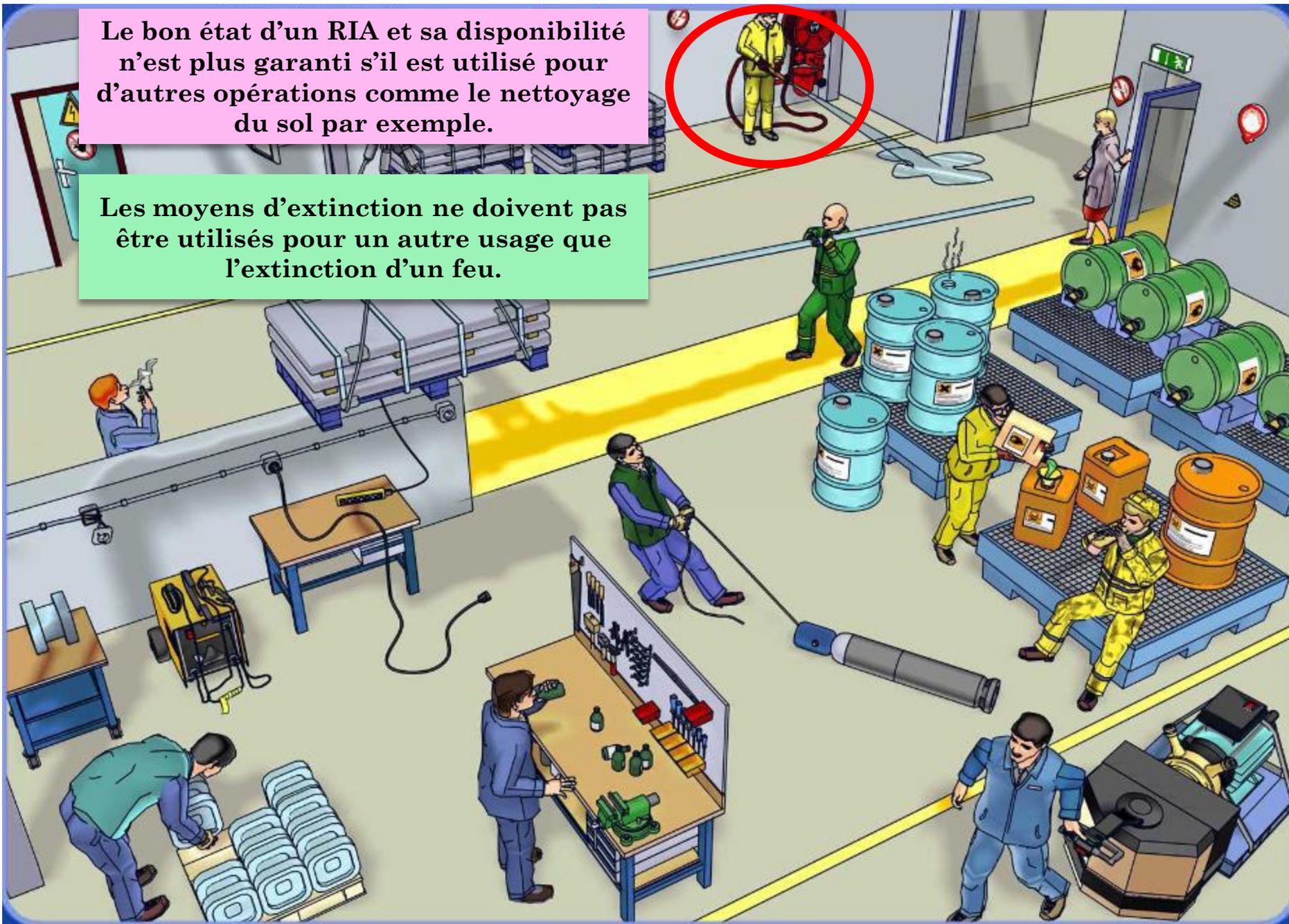


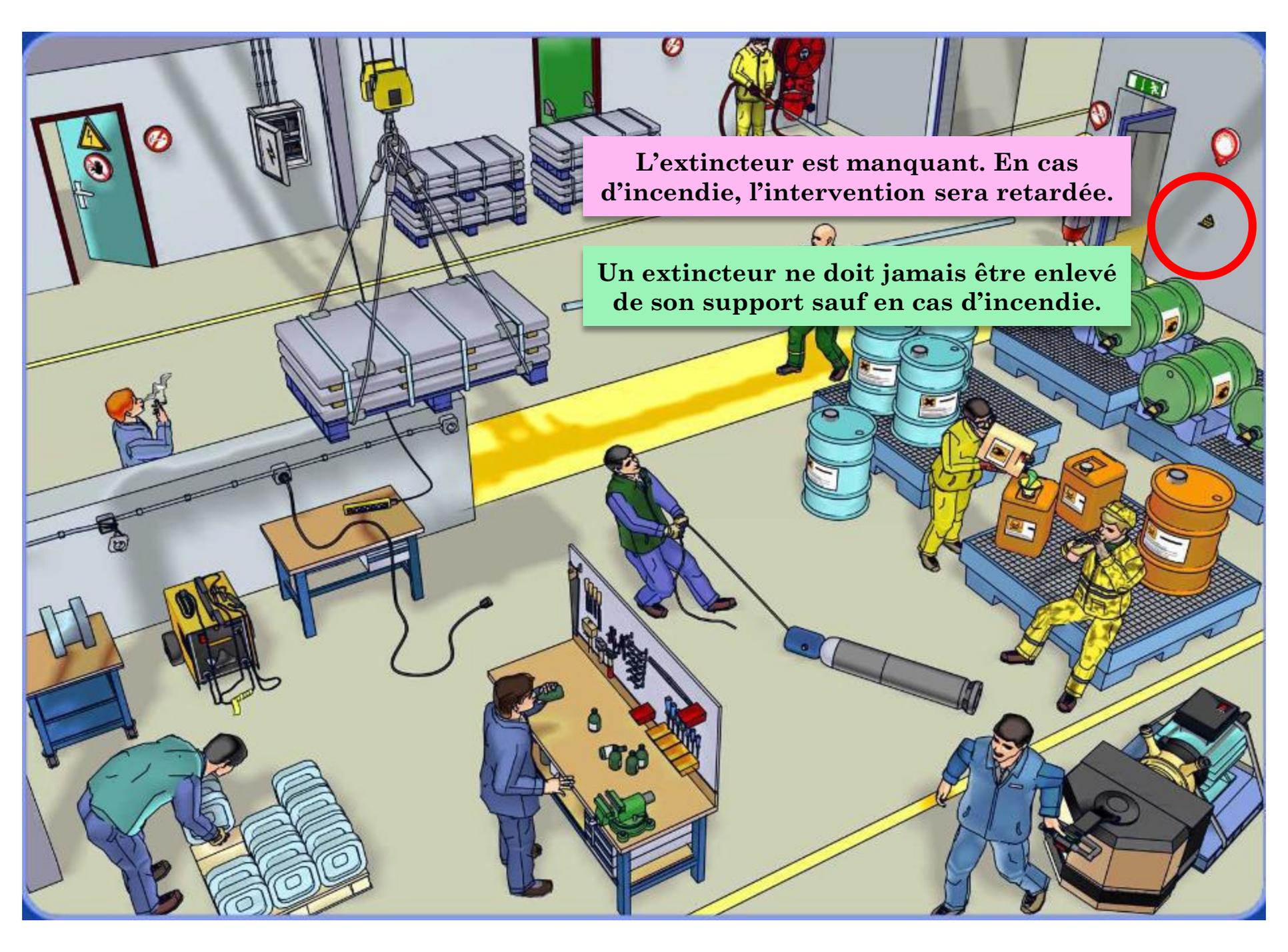
Accès à la sortie de secours est entravé.
En cas d'incendie, l'évacuation sera impossible.

Ne JAMAIS encombrer les issues de secours et les moyens de lutte contre l'incendie, même pour une courte durée.

Le bon état d'un RIA et sa disponibilité n'est plus garanti s'il est utilisé pour d'autres opérations comme le nettoyage du sol par exemple.

Les moyens d'extinction ne doivent pas être utilisés pour un autre usage que l'extinction d'un feu.





L'extincteur est manquant. En cas d'incendie, l'intervention sera retardée.

Un extincteur ne doit jamais être enlevé de son support sauf en cas d'incendie.



L'interdiction de fumer n'est pas respectée.

Le respect des interdiction de fumer permet de diminuer le risque d'incendie et de nuisance pour les non fumeurs.

3 -LE RISQUE INCENDIE

➤ Dès le déclenchement du signal d'alarme, ou en cas d'odeur de brûlé, de fumée inhabituelle, il s'agit sûrement d'un incendie.

➤ *Prévenez pour tout début d'incendie, même s'il paraît mineur!*

1 incendie accidentel toutes les 2 minutes en France

Moyens nécessaires



1^{ère} minute



2^{ème} minute



3^{ème} minute



4^{ème} minute

3 -LE RISQUE INCENDIE

Localisez les extincteurs et les avertisseurs sonores dans tous les secteurs



Ne détériorez pas les dispositifs de sécurité (extincteurs, portes coupe-feu, sortie de secours...)

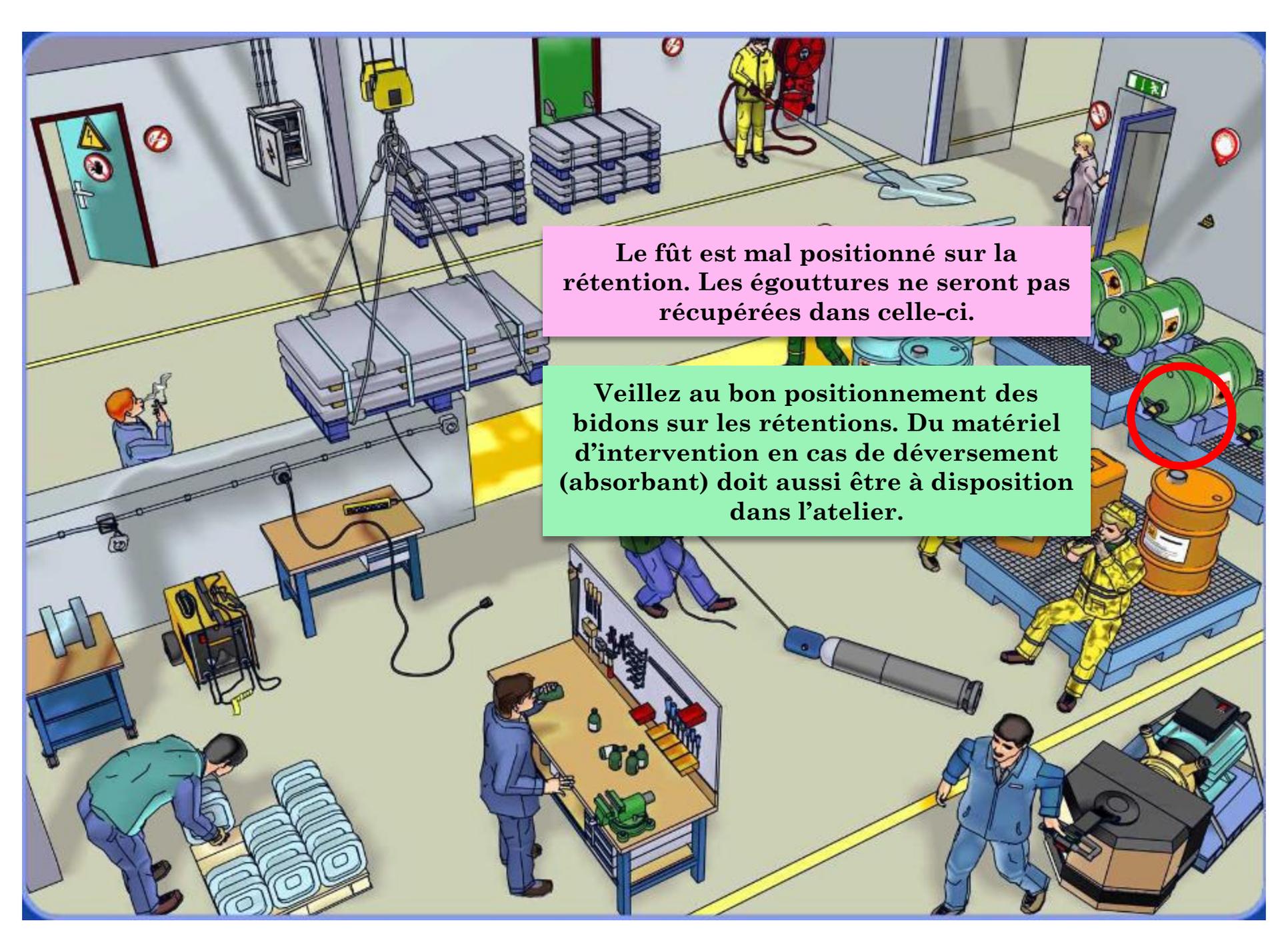
N'encombrez pas les sorties et facilitez l'accès des pompiers!





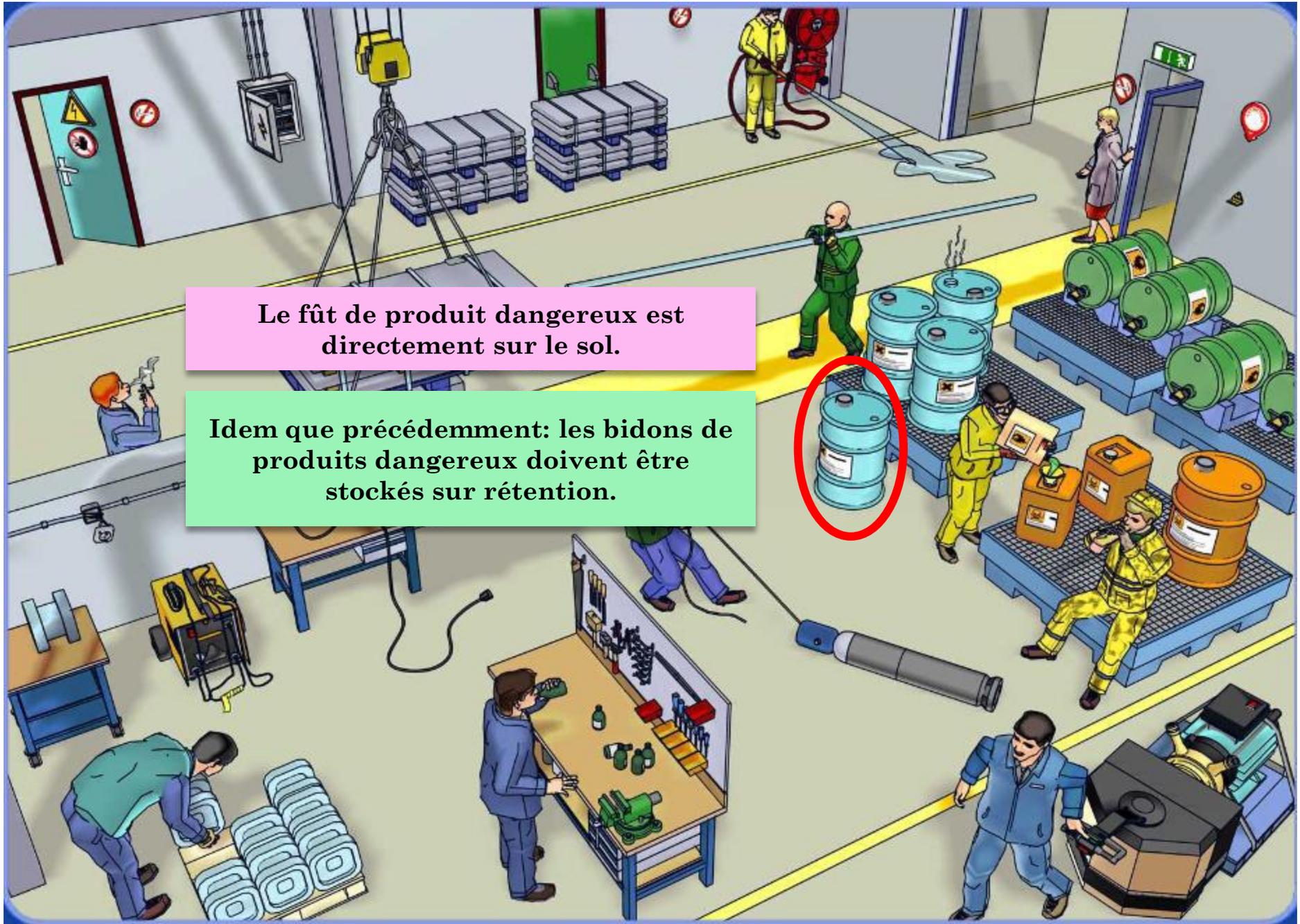
Le fût est resté ouvert et des émanations toxiques se dégagent.

Après usage, les fûts contenant des produits dangereux doivent être soigneusement refermés.



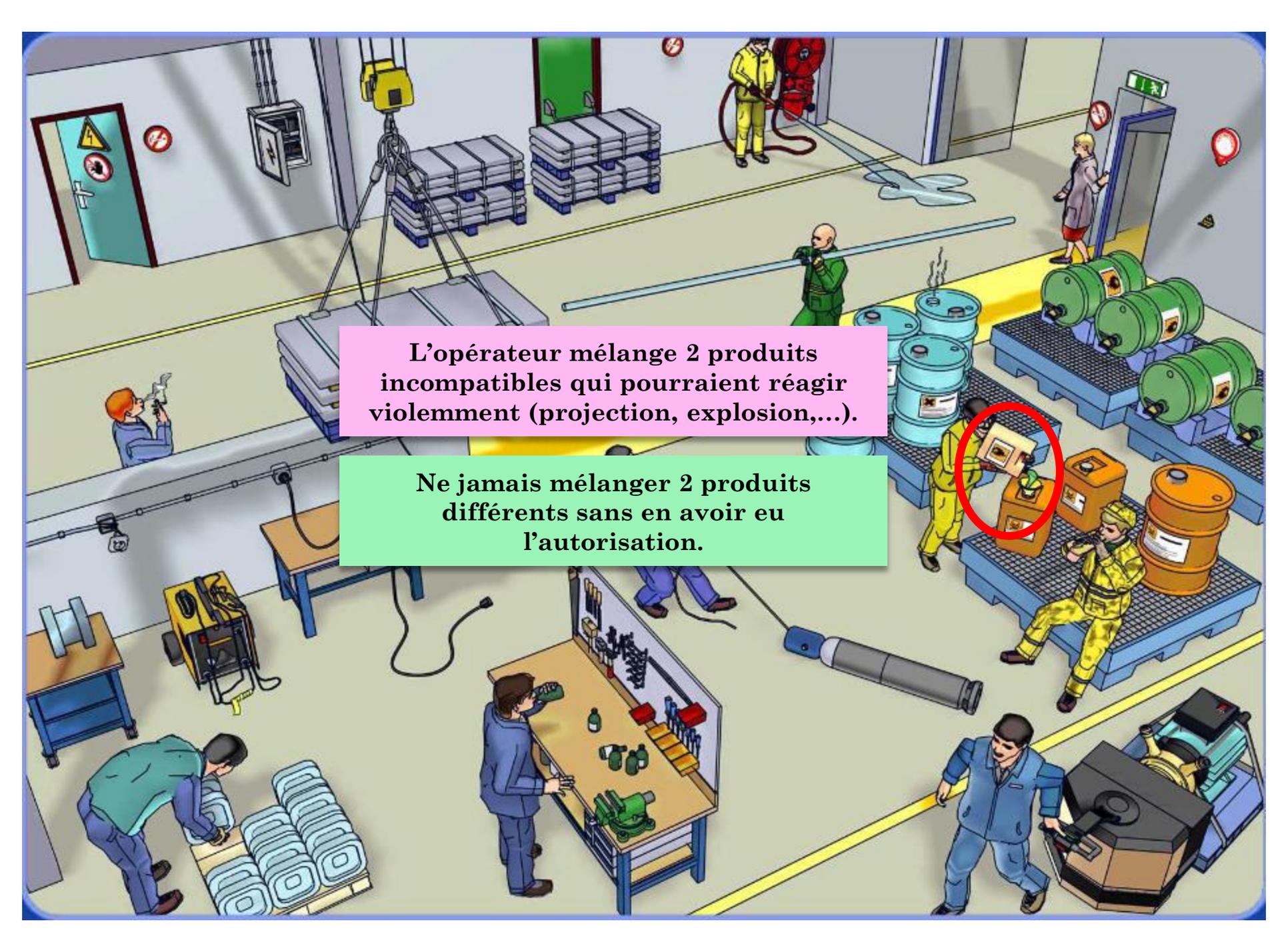
Le fût est mal positionné sur la rétention. Les égouttures ne seront pas récupérées dans celle-ci.

Veillez au bon positionnement des bidons sur les rétentions. Du matériel d'intervention en cas de déversement (absorbant) doit aussi être à disposition dans l'atelier.



Le fût de produit dangereux est directement sur le sol.

Idem que précédemment: les bidons de produits dangereux doivent être stockés sur rétention.



L'opérateur mélange 2 produits incompatibles qui pourraient réagir violemment (projection, explosion,...).

Ne jamais mélanger 2 produits différents sans en avoir eu l'autorisation.



L'opérateur prend son repas sur le lieu de travail, à côté de produits chimiques et avec les mains sales.

Bien se laver les mains avant de se restaurer. Manger et boire dans les locaux prévus à cet effet.

3 - LE RISQUE CHIMIQUE

PRODUITS CHIMIQUES L'ÉTIQUETAGE ÉVOLUE



ancienne collection



nouvelle collection





J'explose



Je flambe



Je fais flamber



Je nuis gravement à la santé



Je tue



Je suis sous pression



Je pollue



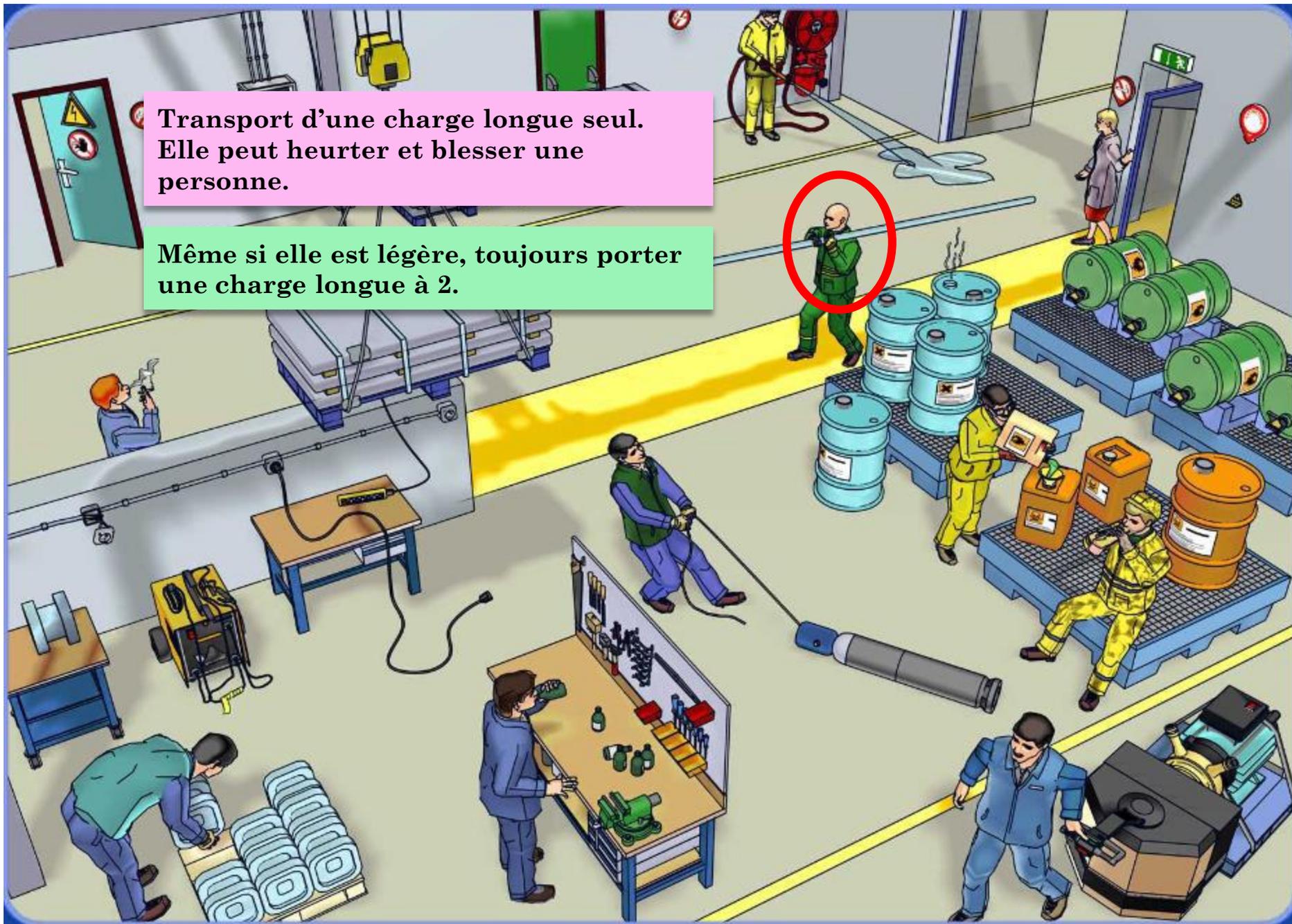
Je ronge

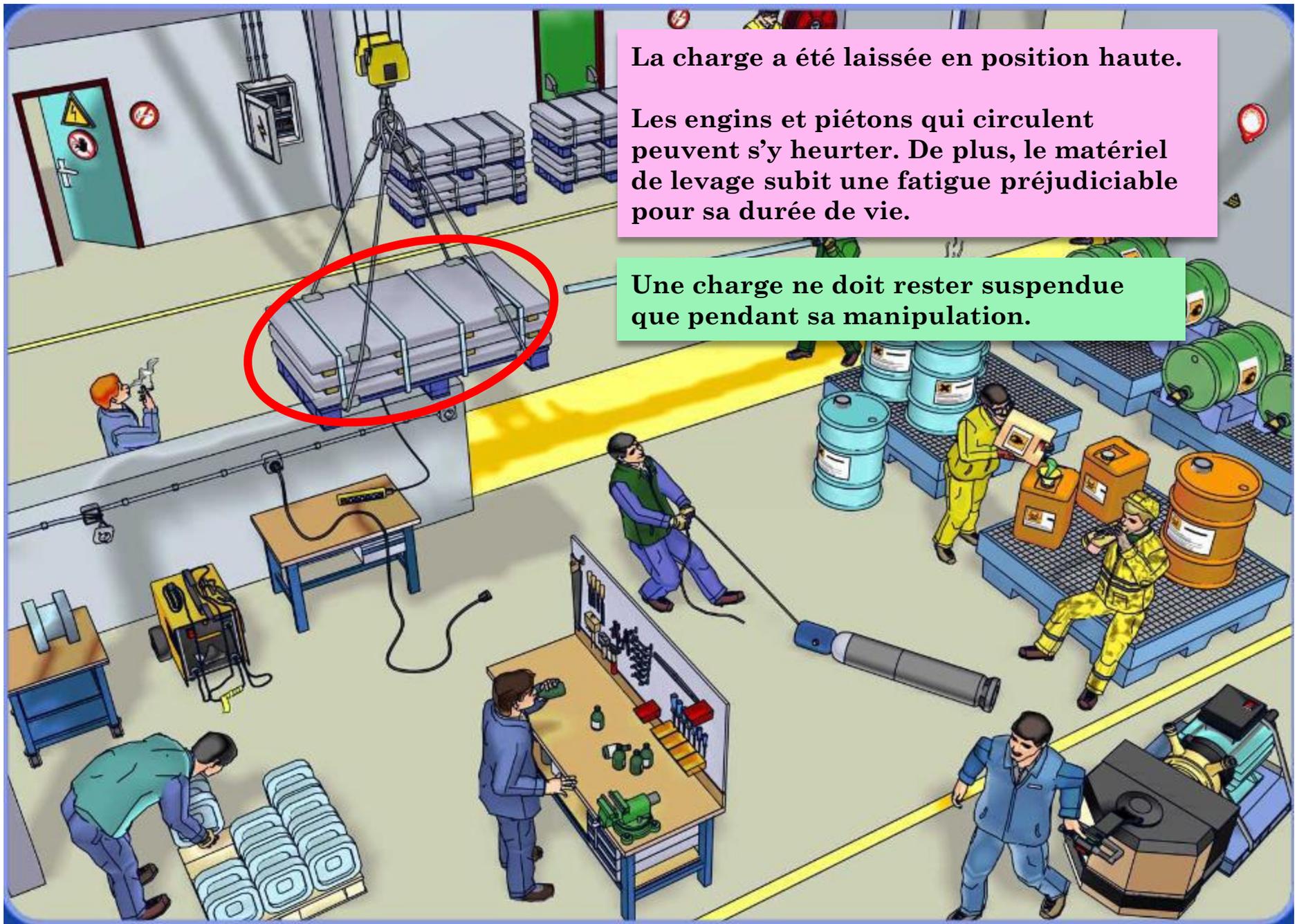


J'altère la santé

**Transport d'une charge longue seul.
Elle peut heurter et blesser une
personne.**

**Même si elle est légère, toujours porter
une charge longue à 2.**





La charge a été laissée en position haute.
Les engins et piétons qui circulent peuvent s'y heurter. De plus, le matériel de levage subit une fatigue préjudiciable pour sa durée de vie.

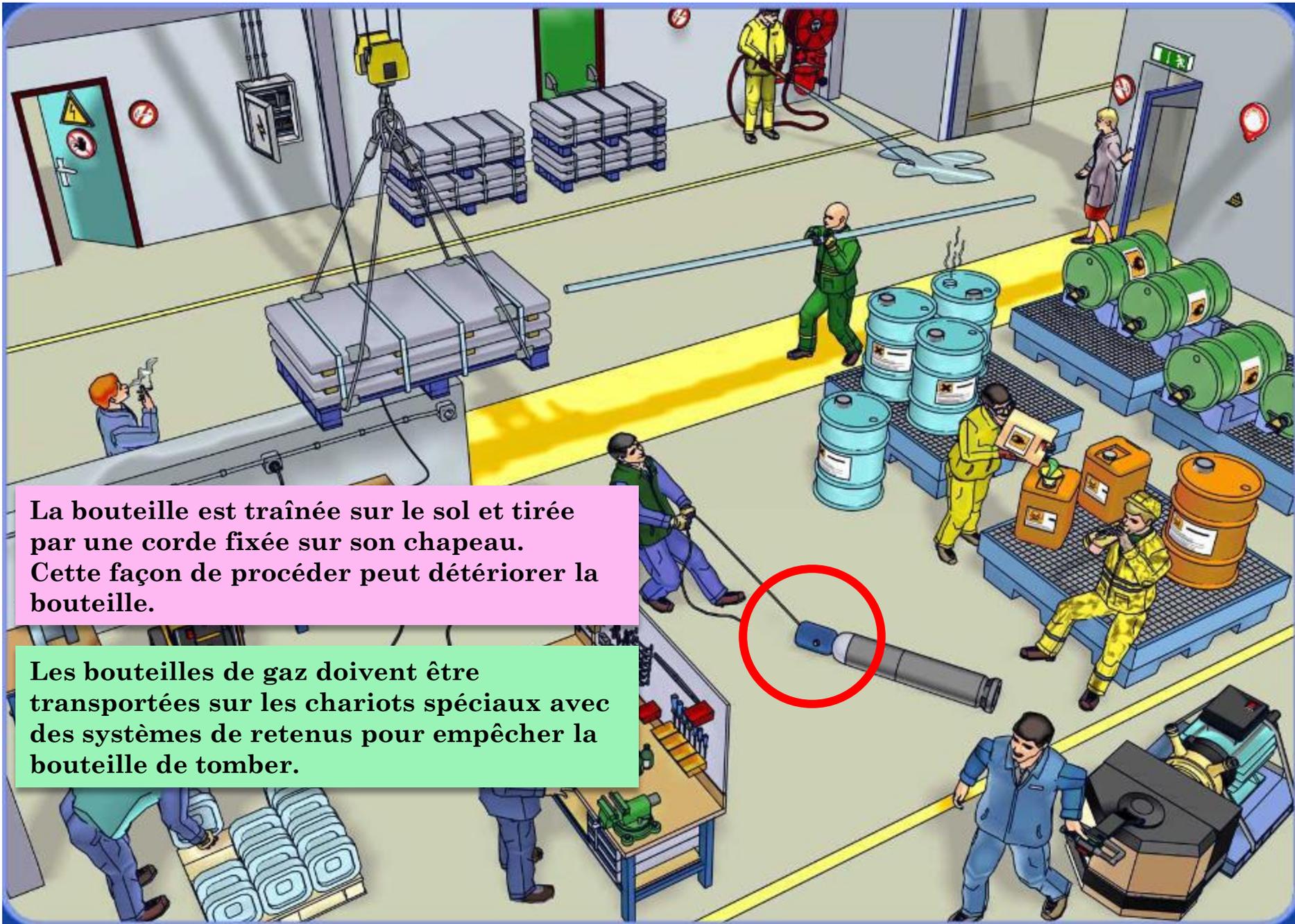
Une charge ne doit rester suspendue que pendant sa manipulation.



La répétition de gestes inadaptés peut conduire à un mal de dos, une sciatique, voir une hernie discale.

Adopter les bons gestes et postures en permanence pour préserver votre dos.





La bouteille est traînée sur le sol et tirée par une corde fixée sur son chapeau. Cette façon de procéder peut détériorer la bouteille.

Les bouteilles de gaz doivent être transportées sur les chariots spéciaux avec des systèmes de retenus pour empêcher la bouteille de tomber.



**L'opérateur marche devant le transpalette:
l'arrière du pied peut être accroché par le
tablier.**

**En conduisant un transpalette, toujours se
positionner sur le côté.**



Une rallonge sous tension traîne au sol.

Ne jamais laisser brancher une rallonge non raccordée à un appareil. De plus, ranger tout matériel après utilisation.

3 – RISQUES PHYSIQUES ET MÉCANIQUES

TRONC

Flexion avec appui Flexion sans appui Inclinaison

Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

DISTANCE D'ATTEINTE

Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

E1 = Effort évalué (Kg ou daN) sur le corps entier

Mesure : Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

EPAULE

Elévation latérale Elévation frontale

Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

NUQUE

Flexion Inclinaison Rotation

Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

POIGNET

Marteau Pince

Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

COUDE

Flexion Rotation

Fréquence :

Temps de maintien : VERT JAUNE ROUGE

E2 = Effort évalué (Kg ou daN) sur 1 articulation : E1 <= 1 1 < E1 <= 8 E1 > 8

La pression sur les lombaires

75 Kg 375 Kg 25 Kg 25 Kg

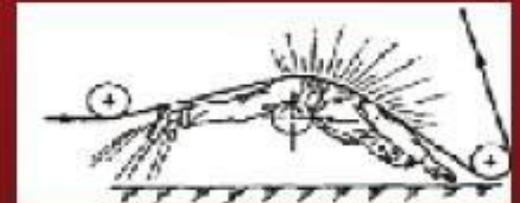
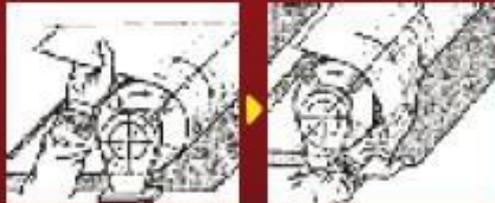
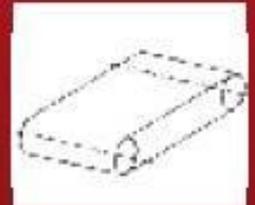
X 5

3 – RISQUES PHYSIQUES ET MÉCANIQUES

DÉFINITION D'UN ANGLE RENTRANT

- L'espace situé entre deux pièces en mouvement ou entre une pièce fixe et une pièce en mouvement peut présenter un risque.
- Ces risques sont de type : engagement, écrasement, enroulement ou entraînement d'une partie du corps d'un opérateur.

Les images ci-dessous présentent un risque important de se faire entraîner et coincer avec des conséquences suivantes : fractures, déchirures, arrachements, décès.



3 – RISQUES PHYSIQUES ET MÉCANIQUES

- **Tout poste de travail ne peut être tenu qu'après avoir été formé à la sécurité.**
 - ✓ Une formation est obligatoire pour tout poste de travail
 - ✓ Le personnel est formé pour intervenir en sécurité dans le cadre de sa mission professionnelle. Il réalise uniquement les interventions pour lesquelles il a été formé et validé pour intervenir en sécurité

- **Aucun dispositif ou équipement de sécurité ne peut être rendu inactif ou inefficace sans évaluation des risques, autorisation et méthode appropriée.**
 - ✓ Interdiction de démonter les carters de protection, de shunter des dispositifs de sécurité par exemple.
 - ✓ Pour un besoin d'intervention non prise en compte dans les procédures, une évaluation des risques est nécessaire.

- **Le port des Équipements de Protection Individuel (chaussure, gants, lunettes, casque ...) suivant les consignes est obligatoire.**
 - ✓ Les consignes sont affichées aux entrées des ateliers ou consignes sécurité du poste.



En altérant la lucidité, l'alcool multiplie les risques d'accident.



La consommation d'alcool est interdite sur le site. Boire et manger dans les locaux prévus à cet effet.

CHASSE AUX RISQUES 2

Même exercice
avec également 20 situations à risques

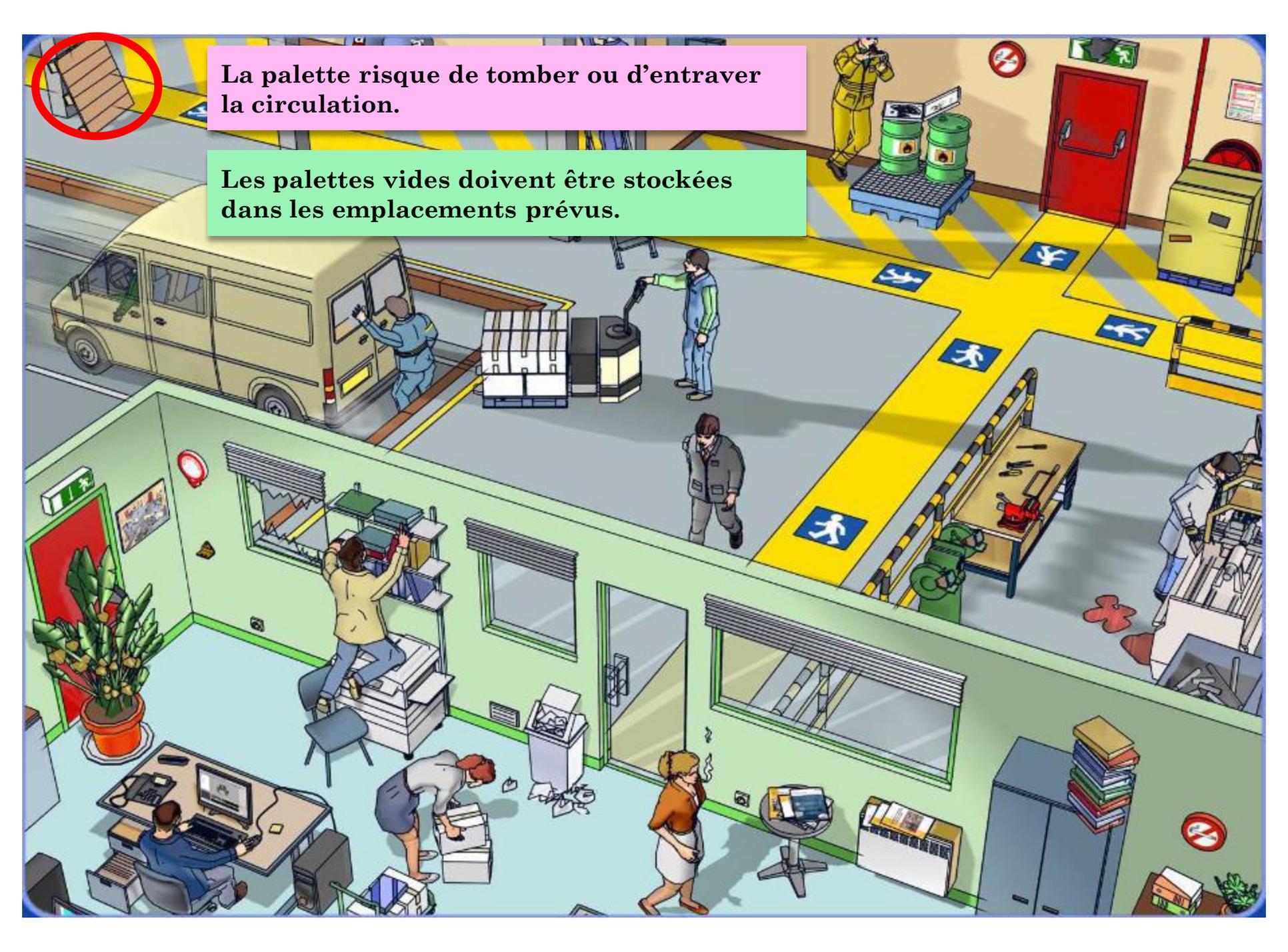




An isometric illustration of a factory floor. In the upper left, a white van is parked on a yellow-striped safety zone. A worker in a blue uniform is standing at the rear of the van, with a red circle around him. In the background, another worker is on a ladder near a wall with a lightning bolt symbol. To the right, a worker in a yellow protective suit stands near two green oil drums. The floor has various safety markings, including a blue pedestrian symbol. In the lower half, a green-walled office area contains several people: one sitting at a computer workstation, one standing by a printer, and one walking. There are desks, chairs, a potted plant, and a stack of papers. A red door is visible on the right side of the office area.

La personne guide un camion en se plaçant à l'arrière au risque de se faire écraser.

Toujours guider un camion en se plaçant devant et légèrement sur le côté.



La palette risque de tomber ou d'entraver la circulation.

Les palettes vides doivent être stockées dans les emplacements prévus.



La personne circule hors des voies piétonnes.

Toujours respecter les allées piétonnes pour éviter le risque de se faire renverser par un CEF.



3 – LE RISQUE PIÉTON CEF

DISTANCE D'ARRÊT D'UN CEF

À 6 km/h un chariot élévateur nécessite une distance d'au moins 3 mètres pour s'immobiliser.

À 12 km/h, un chariot élévateur parcourt de 7 à 8 mètres avant de s'immobiliser.



Poids 1=6



Je suis cariste je dois :



- ▶ Respecter les règles de circulation
- ▶ Etre vigilant lors des franchissements des zones de cohabitation CEF / Piétons
- ▶ Respecter les règles de stockage
- ▶ Utiliser le klaxon dans les croisements
- ▶ Quand je quitte mon CEF, je pense à :
 - le ranger
 - enclencher le frein à main
 - couper le contact moteur
 - enlever les clefs



Soyons particulièrement prudents dans les zones dangereuses

PIÉTONS

Respectons le plan de circulation et assurons-nous que la voie soit libre avant de traverser.

3 – LE RISQUE PIÉTON CEF

➤ Respecter les allées de circulation piétons et CEF matérialisées.

- ✓ Un choc entre piéton et véhicule provoque systématiquement des séquelles graves.
- ✓ Les règles de circulations établies permettent la cohabitation piéton / engins motorisés.
- ✓ En cas d'absence de matérialisation, soyez particulièrement vigilant !

➤ Risques: décès, écrasement...

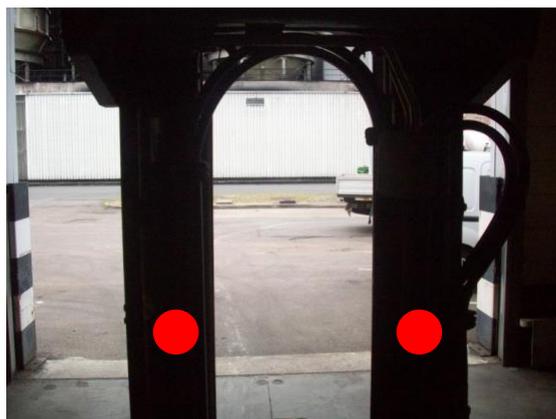
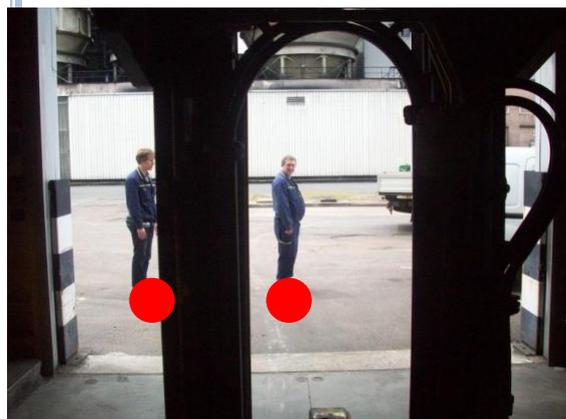
CHARTRE DU PIÉTON

- > Je reste vigilant lors de mes déplacements.
- > Je respecte la signalisation et j'emprunte systématiquement les passages piétons.
- > Je m'arrête avant de traverser et en présence d'un engin.
- > Je n'utilise pas mon téléphone en marchant.
- > Je ne lis pas en marchant.
- > Je ne cours pas.
- > Je fais attention à l'état du sol et aux obstacles.
- > Je tiens la rampe en montant et descendant les escaliers.
- > Je porte les Equipements de Protection Individuelle (EPI) selon les indications.
- > Je m'assure que le conducteur du CEF m'a vu avant de m'engager dans les zones de cohabitation.
- > Je ne passe pas près d'un engin de manutention qui manœuvre, et surtout pas derrière.

3 – VISIBILITÉ D’UN CARISTE



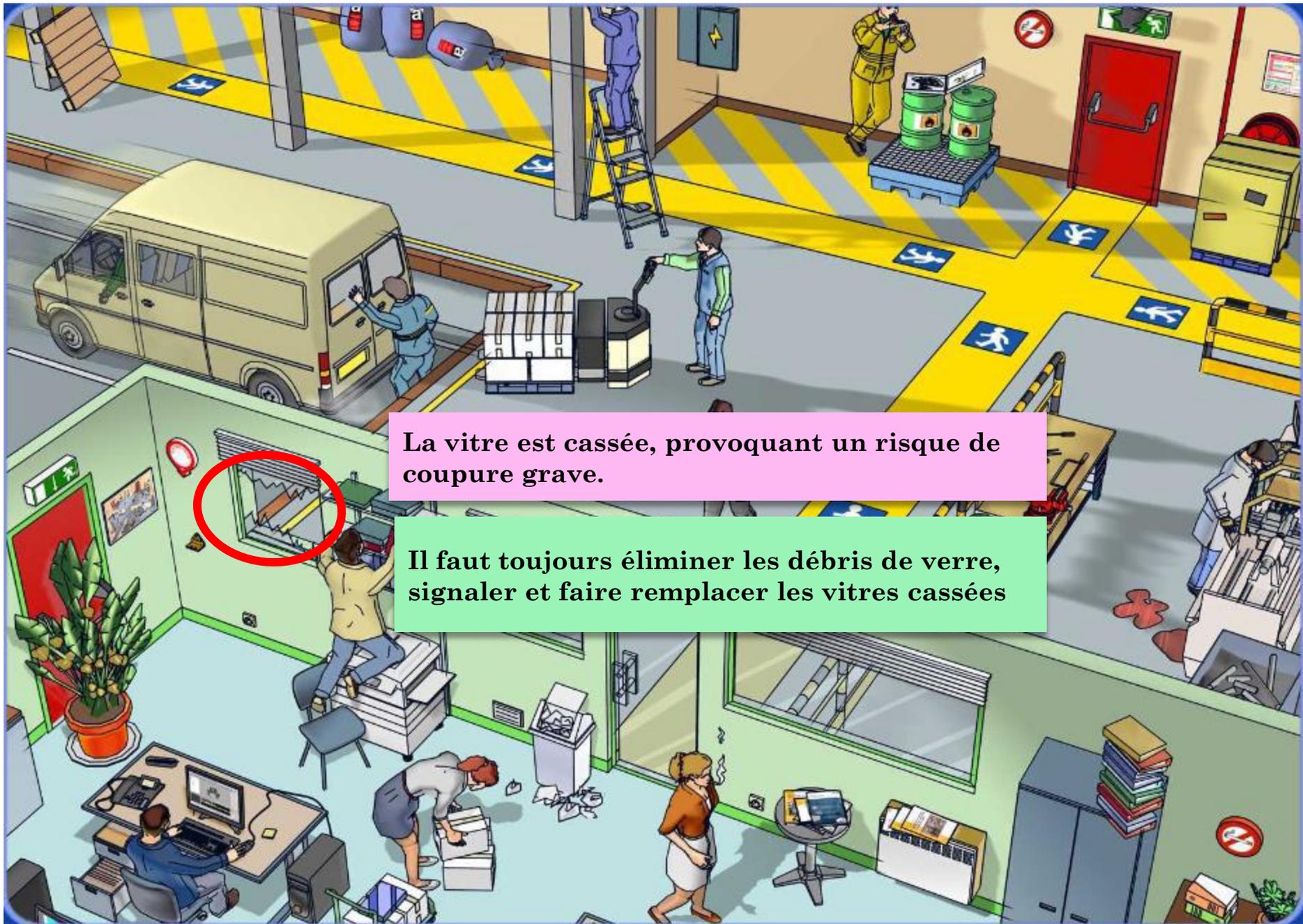
**Il y avait deux piétons
derrière le mât du CEF**





La poubelle déborde et des papiers jonchent le sol.

Les poubelles doivent être vidées régulièrement et dans les contenants appropriés.



La vitre est cassée, provoquant un risque de coupure grave.

Il faut toujours éliminer les débris de verre, signaler et faire remplacer les vitres cassées

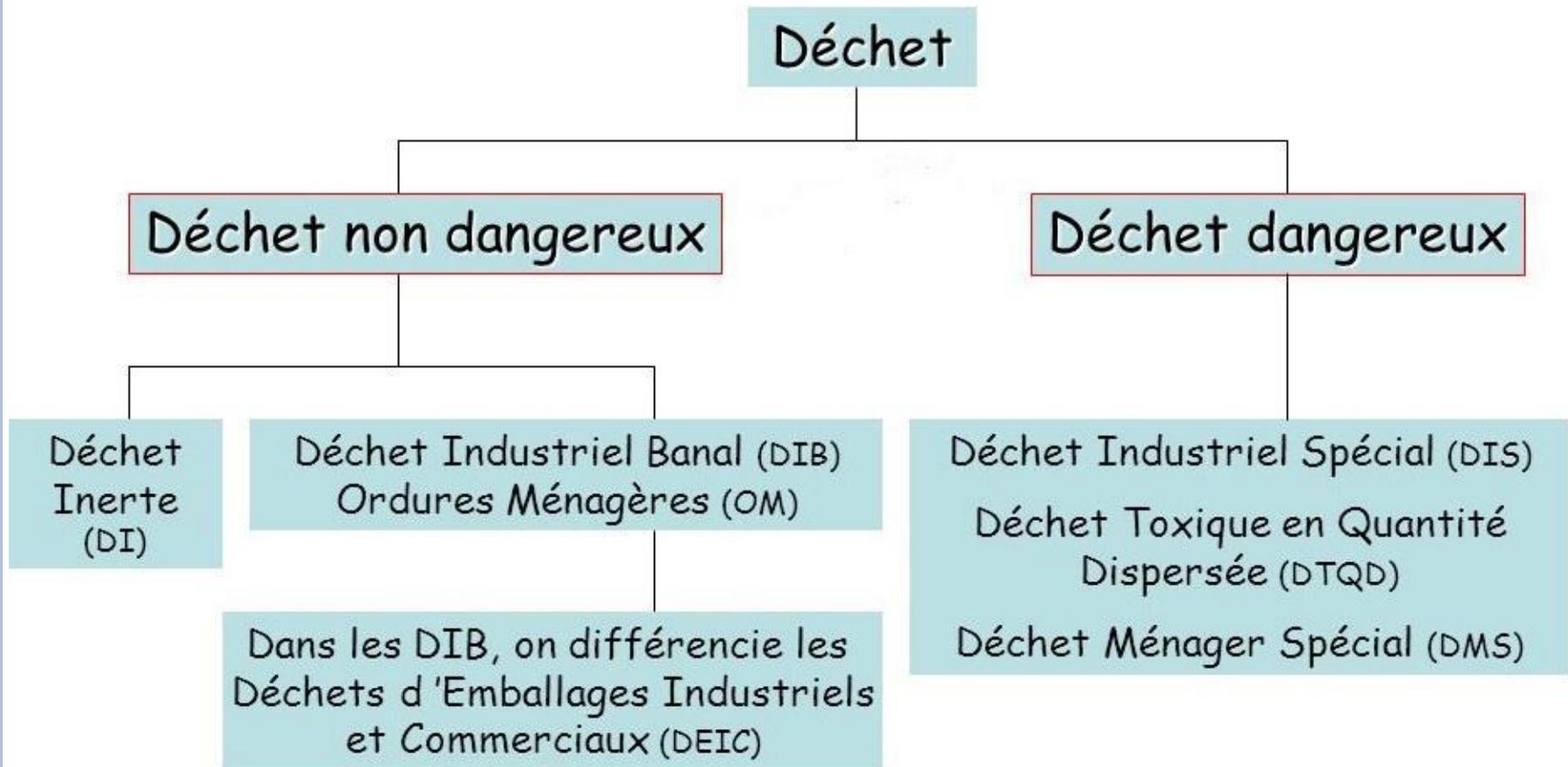


Des sacs contenant de l'amiante sont entreposés dans l'atelier.

Les sacs contenant de l'amiante doivent être conditionnés dans des sacs spéciaux, étiquetés et évacués en vue de leur élimination.

3 – LES DÉCHETS

Classification des déchets



3 – LES DÉCHETS

La durée de vie moyenne des déchets dans la nature

Bouteille en verre
4000 ans

Barquette en
polystyrène
1000 ans

Bouteille en
plastique
500 ans

Sac en
plastique
300 ans

Barquette
en alu
200 ans

Chewing-
gum
5 ans

Mégot de
cigarette
1 an

Journal
3 à 12 mois

Boîte de
consERVE
100 ans

Trognon de
pomme
4 à 6 mois

Mouchoir
en papier
3 mois

Ticket de bus
3 semaines

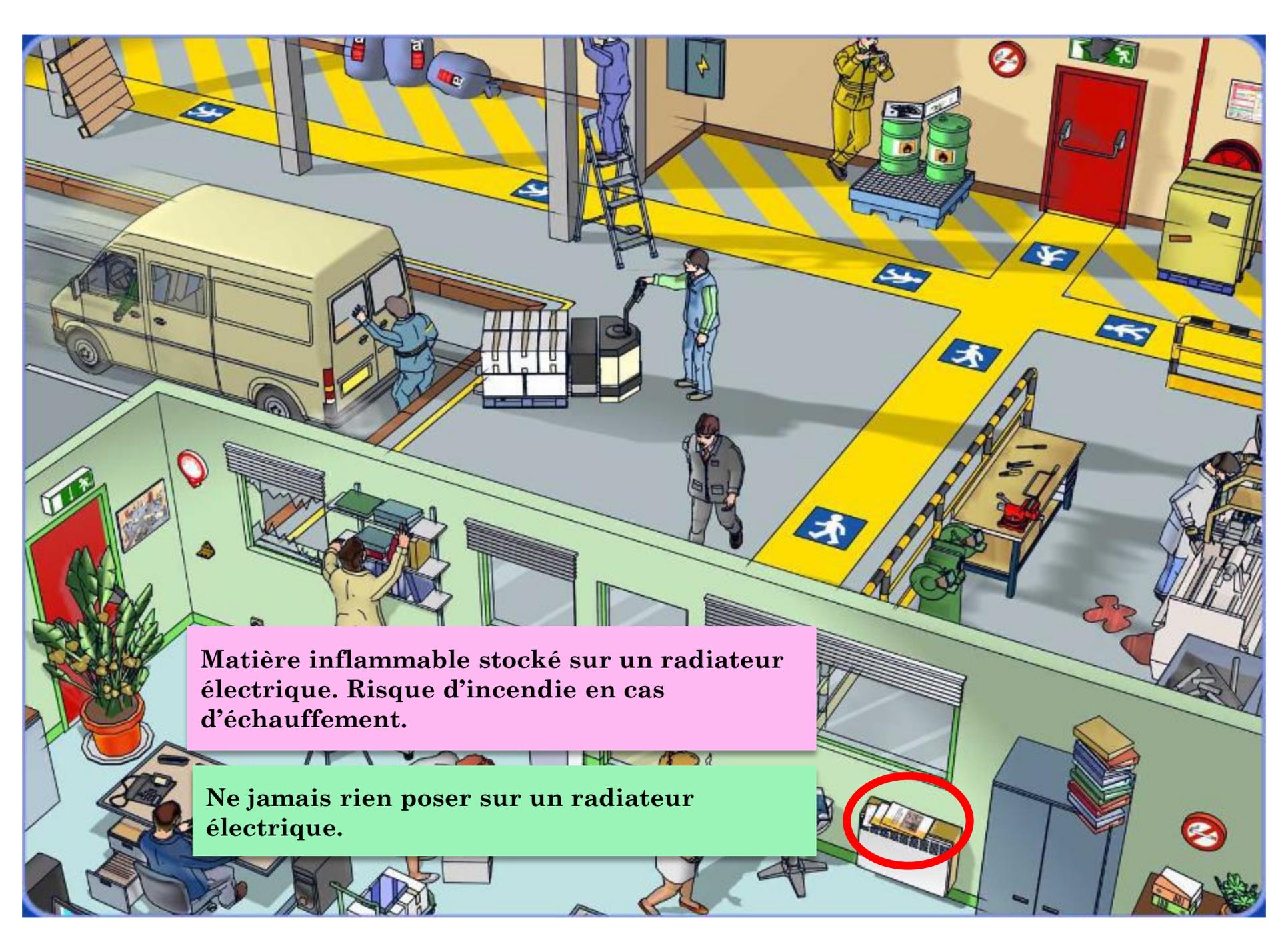
Peau de
banane
6 mois



Pile de dossier en équilibre instable sur le dessus de l'armoire.

Le haut d'une armoire ne doit pas servir pour stocker du matériel.



An illustration of a workshop and office environment. In the workshop area, there are yellow and black striped safety zones on the floor. A worker is on a ladder near a wall with a lightning bolt symbol. Another worker is using a tool on a black container. A third worker is near a van. In the office area, a worker is at a desk. A red door is visible in the background. A red circle highlights a printer on a radiator in the office.

Matière inflammable stocké sur un radiateur électrique. Risque d'incendie en cas d'échauffement.

Ne jamais rien poser sur un radiateur électrique.



La répétition de gestes inadaptés peut conduire à un mal de dos, une sciatique, voir une hernie discale.

Adopter les bons gestes et postures en permanence pour préserver votre dos.



Le tiroir du bureau est resté ouvert et peut blesser quelqu'un.

Il faut toujours veiller à refermer portes et tiroirs après y avoir pris ou ranger des objets.



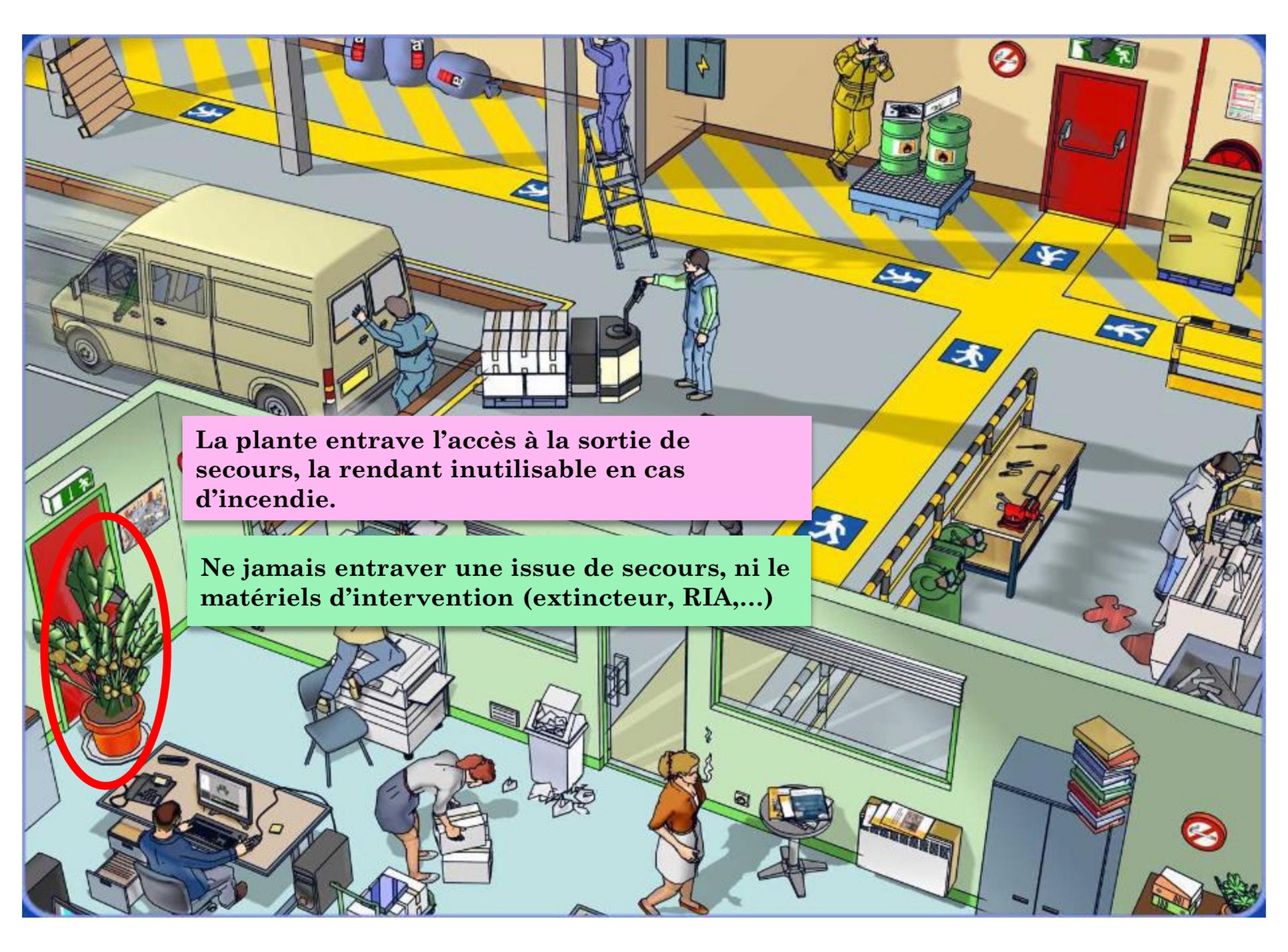
L'extincteur est manquant. En cas d'incendie, l'intervention sera retardée.

Un extincteur ne doit jamais être enlevé de son support sauf en cas d'incendie.

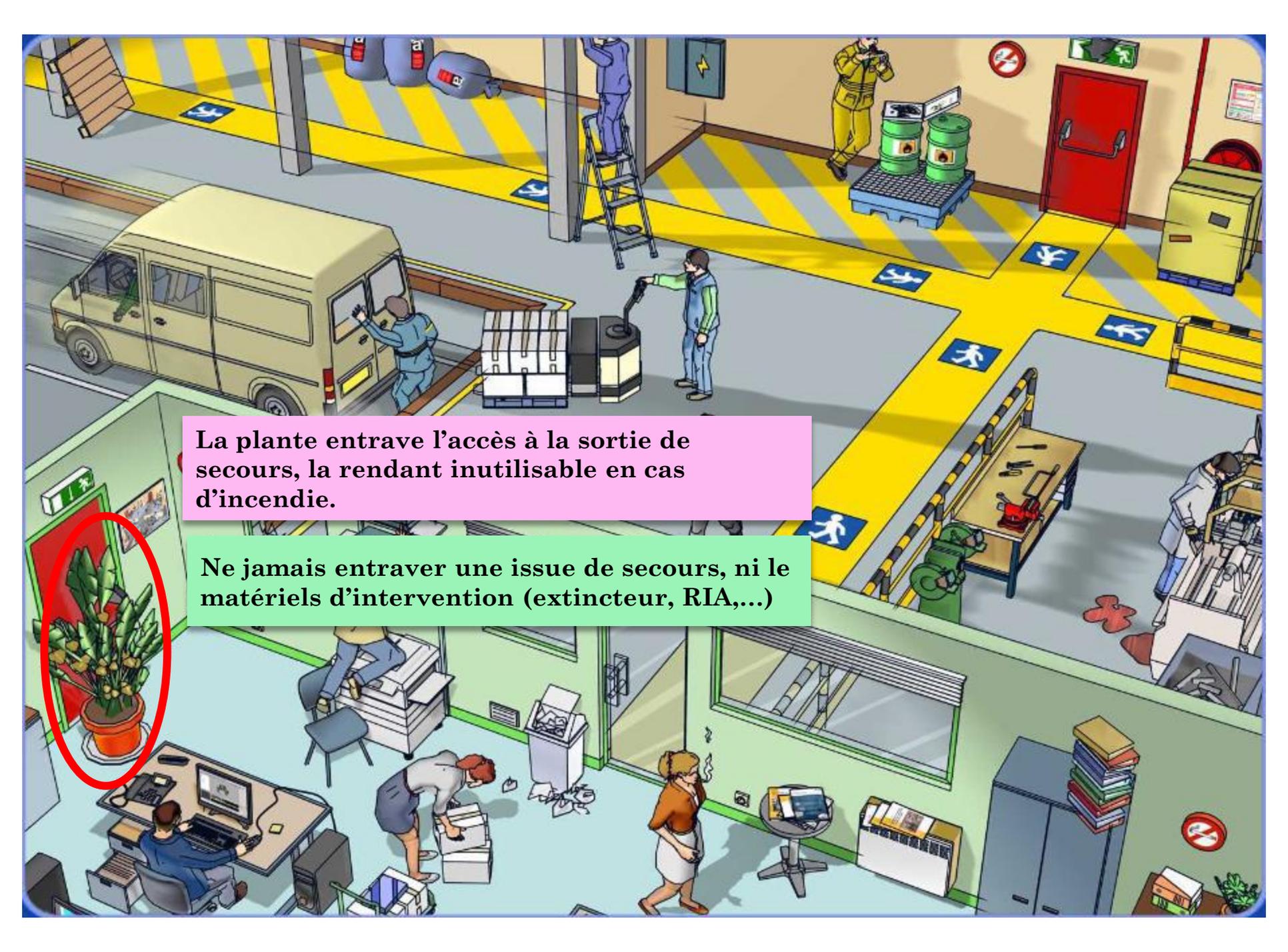


En utilisant la photocopieuse pour accéder en hauteur, la personne risque de chuter.

Organiser son espace de travail de façon à rendre accessibles les étagères.

An illustration of a workshop or garage. A yellow van is parked on the left. A worker in blue overalls is on a ladder near a wall with a lightning bolt symbol. Another worker in blue is using a tool on a black container. A worker in a yellow protective suit is near two green barrels on a blue pallet. A red door is on the right. Yellow diagonal stripes mark a path. Blue pedestrian symbols are on the floor. A pink text box is overlaid on the scene.

La plante entrave l'accès à la sortie de secours, la rendant inutilisable en cas d'incendie.

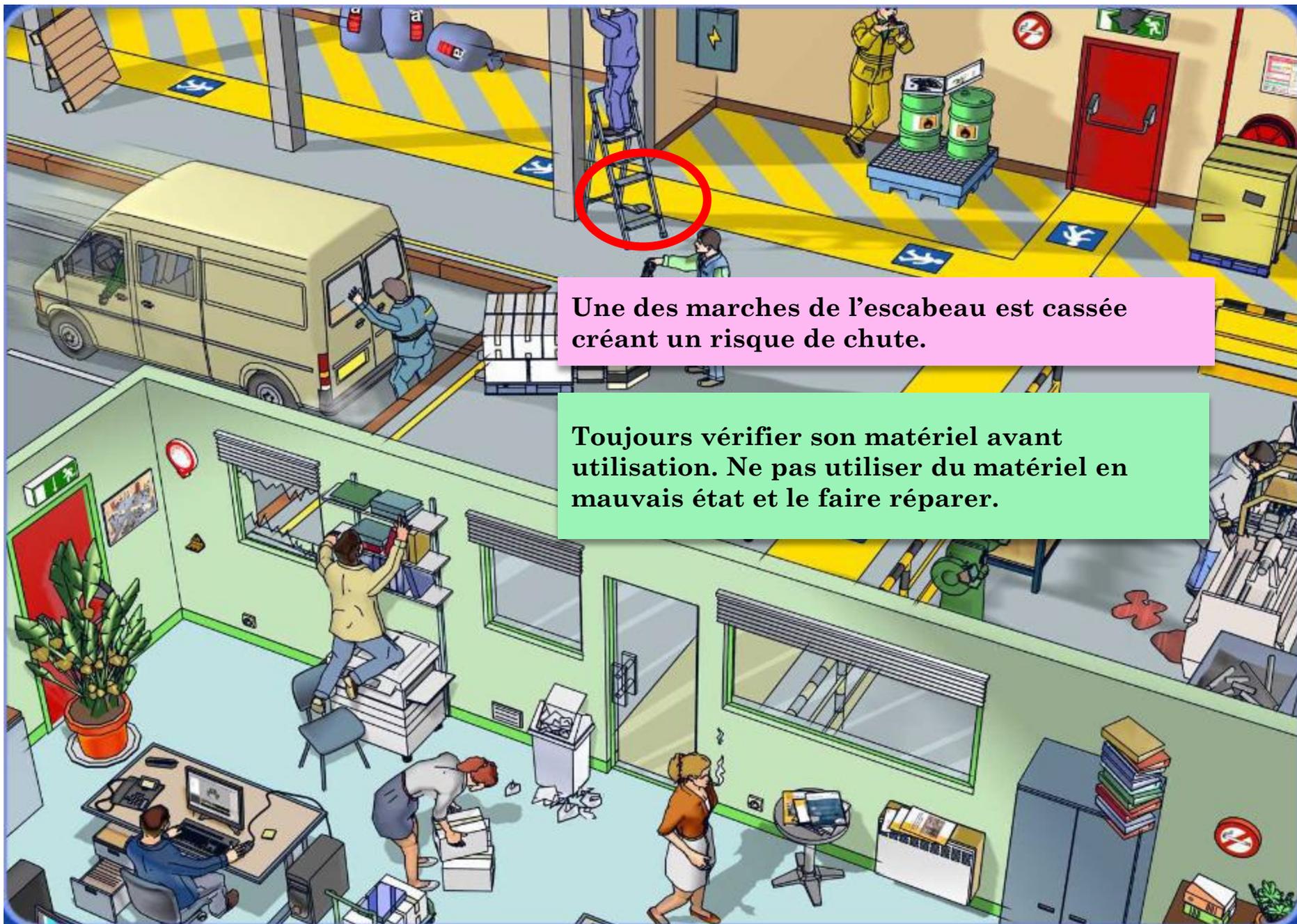
An illustration of an office. A man is sitting at a desk with a computer. A woman is standing near a printer. A woman is walking. A large potted plant is in the foreground, circled in red, blocking the path to a red door. A green text box is overlaid on the scene.

Ne jamais entraver une issue de secours, ni le matériels d'intervention (extincteur, RIA,...)



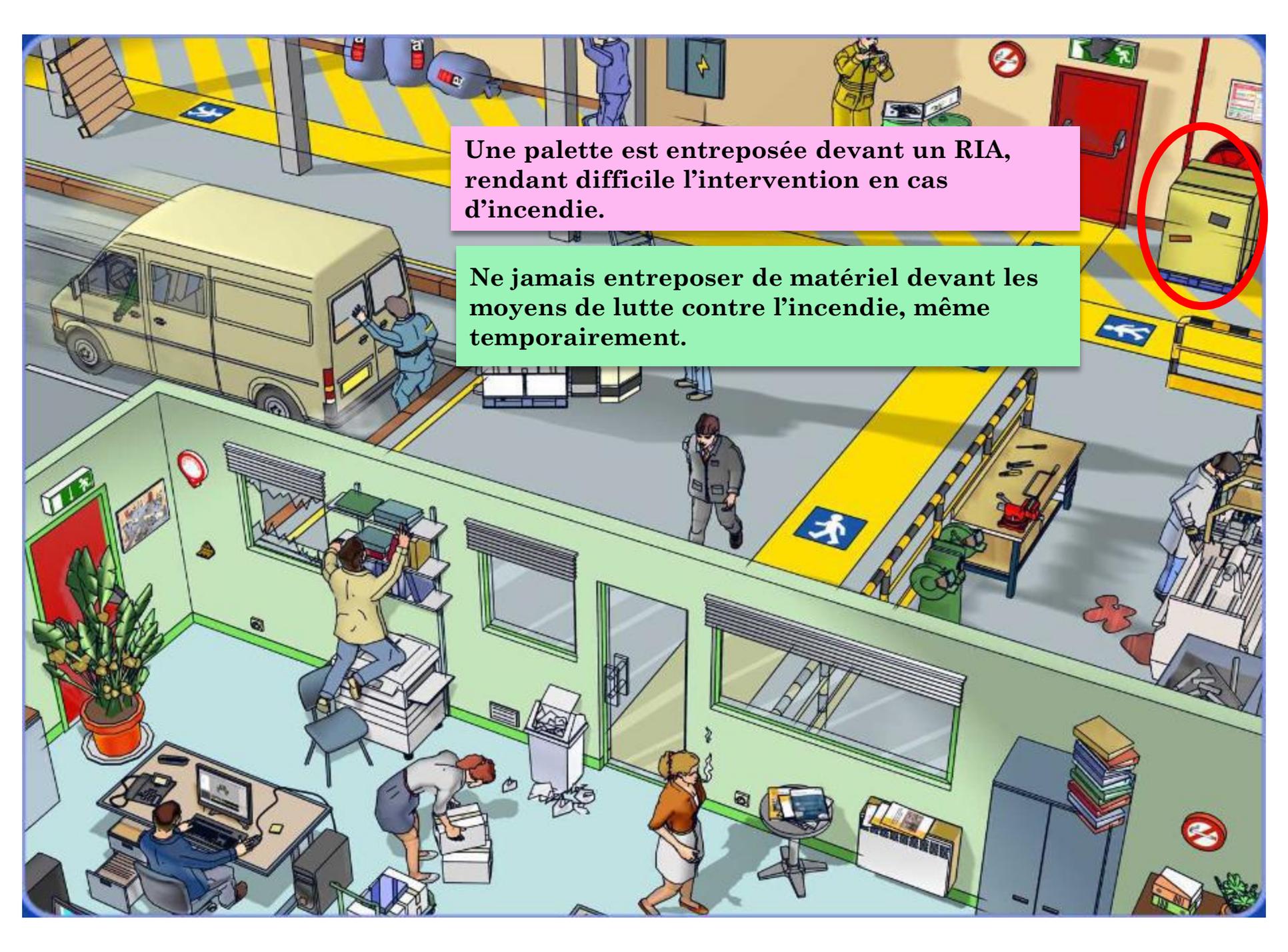
Le sol est souillé d'huile: risque de chute pas glissade.

Les sols souillés doivent être nettoyés immédiatement.



Une des marches de l'escabeau est cassée créant un risque de chute.

Toujours vérifier son matériel avant utilisation. Ne pas utiliser du matériel en mauvais état et le faire réparer.

An isometric illustration of a warehouse or industrial setting. In the foreground, a yellow van is parked with its rear door open, and a worker in a blue uniform is loading or unloading items. To the right, a yellow pallet is placed directly in front of a red fire extinguisher cabinet (RIA), which is circled in red. The floor has yellow safety markings and a blue pedestrian symbol. In the background, a worker in a yellow protective suit is visible near a fire alarm control panel. The scene is lit with bright, even light, suggesting an indoor or well-lit outdoor environment.

Une palette est entreposée devant un RIA, rendant difficile l'intervention en cas d'incendie.

Ne jamais entreposer de matériel devant les moyens de lutte contre l'incendie, même temporairement.



La porte du coffret électrique est restée ouverte. Une personne non autorisée peut se faire électriser par maladresse ou imprudence.

Seule les personnes habilitées sont autorisées à ouvrir un coffret électrique. Il doit être refermé après intervention.



L'opérateur prend son repas sur le lieu de travail, à côté de produits chimiques et avec les mains sales.

Bien se laver les mains avant de se restaurer. Manger et boire dans les locaux prévus à cet effet.



Le panneau d'indication de sortie de secours est détérioré

Tous les indicateurs de sortie de secours doivent être visibles et opérationnels.

4 – INTRODUCTION À L'ERGONOMIE



**Comprendre la mécanique humaine
pour se préserver**

4 – POURQUOI L'ERGONOMIE

PREVENIR LE MAL DE DOS

- Une personne sur trois déclare avoir souffert d'un mal de dos durant les douze derniers mois.
- Les efforts que doit fournir cette partie du corps humain :
 - En position couchée, une pression de 25 à 100 kg s'exerce déjà sur nos disques intervertébraux.
 - Debout, la charge qui pèse sur nos disques atteint 100 et 150 kg quand on passe de la station horizontale à la station verticale.
 - La pression peut aller à plus de 300kg quand nous nous penchons....
- Chaque jour, nous nous penchons des centaines de fois et ces mouvements pourraient rester anodins si un tiers des positions que nous adoptons ne dépassaient pas les angles que notre colonne vertébrale est en mesure de supporter.



ALORS QUE FAIRE ?

- Il faut être attentif aux positions et gestes de la vie courante.
- BIEN VIVRE AVEC SON DOS C'EST : RESPECTER ET ADOPTER LES PRINCIPES DE BASES

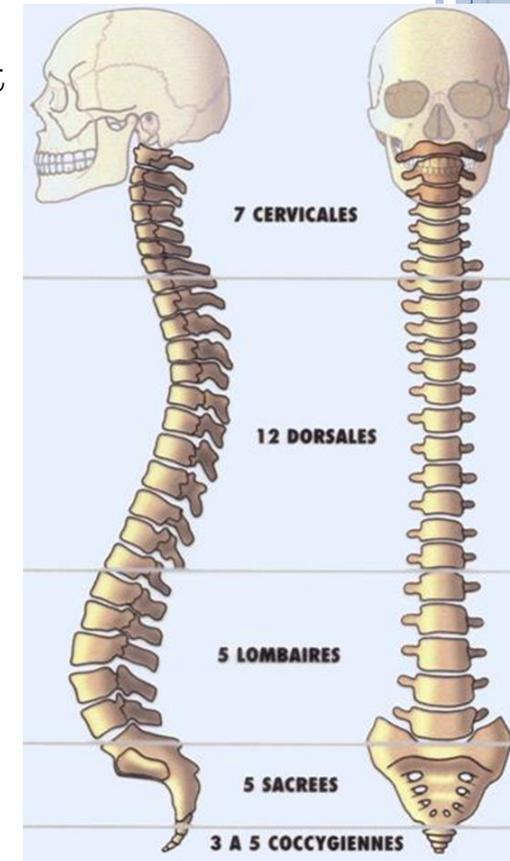
4 – ANATOMIE : LE RACHIS

➤ Définition

- ✓ C'est l'axe du tronc. Il supporte la tête et sert de support aux ceintures scapulaires et pelviennes.
- ✓ Il est composé de 24 vertèbres mobiles (7 cervicales, 12 dorsales et 5 lombaires) et du sacrum.
- ✓ Il présente 3 courbures physiologiques : la cyphose dorsale (zone bombée), la lordose cervicales et la lordose lombaire (zones creuses)
- ✓ Le rachis, de par sa conception et son organisation en unités mobiles, doit à la fois être souple (mouvements du tronc) et rigide (support squelette)

➤ Rôle

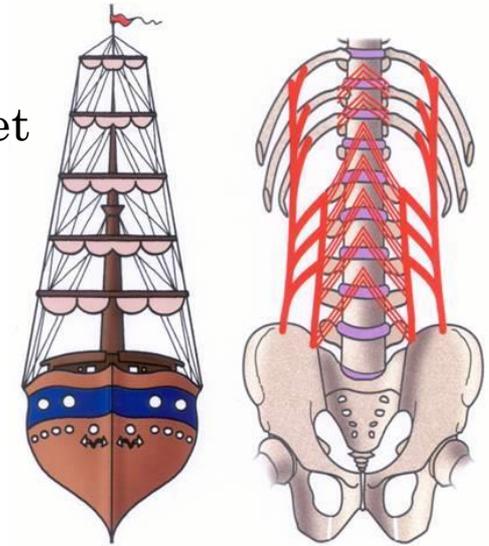
- ✓ La mobilité (sur le plan sagittal, frontal et transversal)
- ✓ La protection du SNC
- ✓ Le support des organes



4 – ANATOMIE : LES MUSCLES

➤ L'enveloppe musculaire

- ✓ Recouvre le squelette.
- ✓ Détermine en partie la forme de notre corps.
- ✓ Donne la mobilité à notre corps et permet le maintien des postures.
- ✓ 45% du poids chez l'homme et 35% du poids chez la femme.



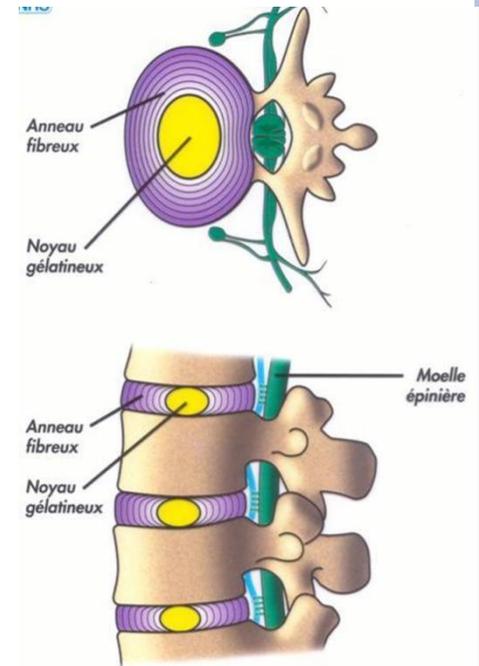
➤ Rôle

- ✓ A l'exemple d'un bateau dont le mât résiste surtout grâce aux haubans qui le maintiennent .
- ✓ **La colonne vertébrale ne peut garder une bonne position qu'à condition d'être maintenue par des muscles en bon état**

4 – ANATOMIE : la vertèbre et les disques intervertébraux (1)

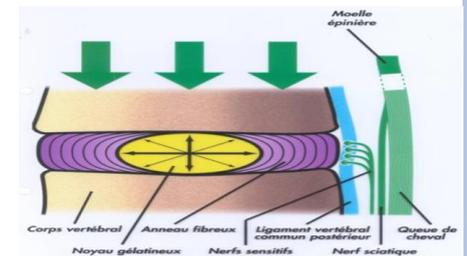
➤ Définition

- ✓ La vertèbre est un maillon de la chaîne formée par le rachis. Elles s'empilent les unes sur les autres et sont stabilisées mécaniquement grâce à 3 colonnes osseuses
- ✓ La vertèbre est composée de différentes structures : les zones d'appui, les zones d'insertions musculaires et les ponts osseux (qui ferment la moelle épinière)
- ✓ Les disques intervertébraux séparent les vertèbres. (Ce sont des petits noyaux remplis de gel entre deux planches). Si on appuie en arrière, le noyau part en avant et inversement. Si on appuie trop fort, le noyau peut éclater.



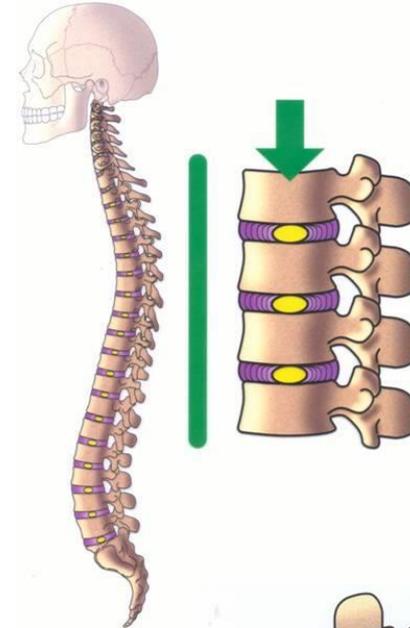
➤ Rôle

- ✓ Transmettre d'une vertèbre à l'autre toute pression exercée sur la colonne vertébrale .
- ✓ Le noyau gélatineux répartit cette pression dans toutes les directions, il joue le rôle d'amortisseur.

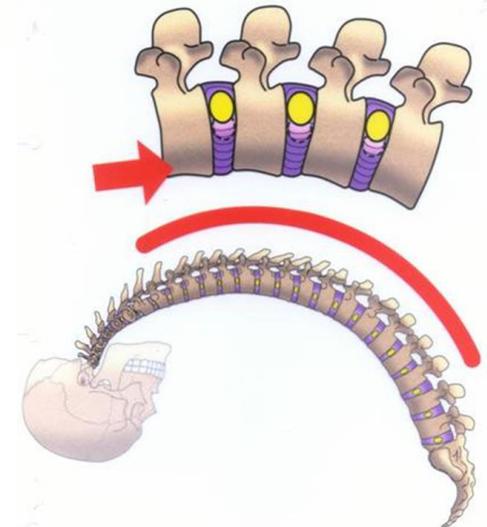


4 – ANATOMIE : la vertèbre et les disques intervertébraux

➤ Lorsque les courbures naturelles de la colonne vertébrale sont maintenues, les disques jouent leur rôle normal de répartiteurs de pression, leur permettant ainsi de travailler dans les meilleures conditions.



➤ Lors des mouvements de **FLEXION**, le noyau ne reste pas au centre du disque. Il est chassé de sa position normale par le pincement des plateaux vertébraux.



➤ Les **ROTATIONS**, en particulier dans la région lombaire, soumettent le disque intervertébral à un effet de cisaillement et constituent des mouvements très détériorant

4 – PHYSIOPATHOLOGIE



4 – PHYSIOPATHOLOGIE : LES CONTRAINTES SUR LE RACHIS

- Le risque rachidien représente le risque majeur pour le soignant lors des manutentions de personnes



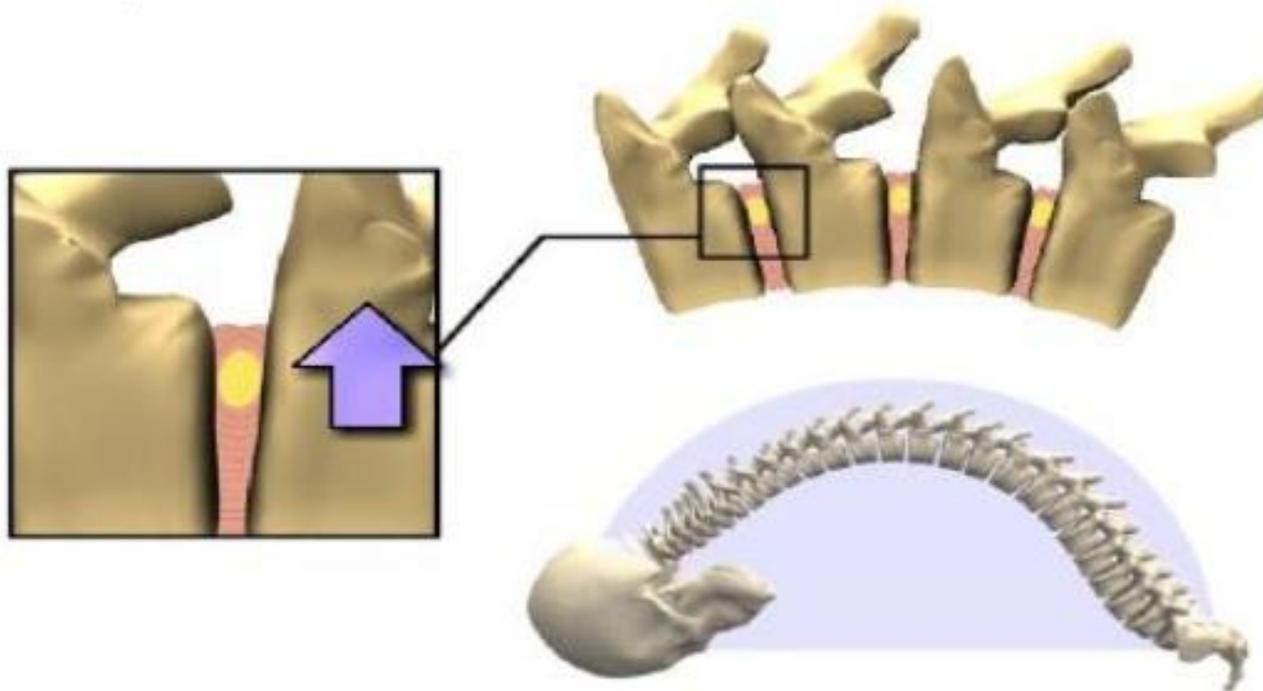
- Plus le rachis est en position d'enroulement antérieur, plus la contrainte exercée sur le disque est importante.

4 – PHYSIOPATHOLOGIE : LE MAL AU DOS

Comment apparaît le mal au dos ?

L'exemple de la flexion du buste...

Lorsqu'on courbe le dos, le **noyau gélatineux** est expulsé vers l'arrière du disque.

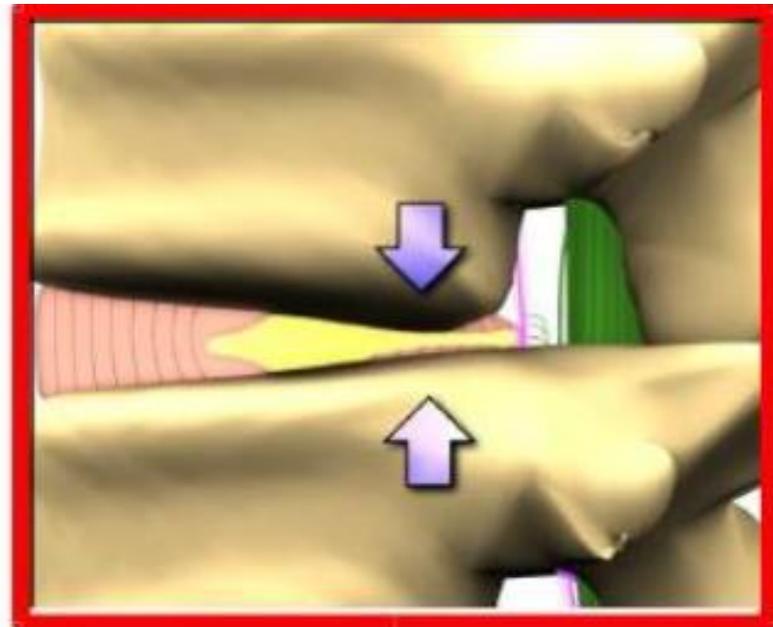
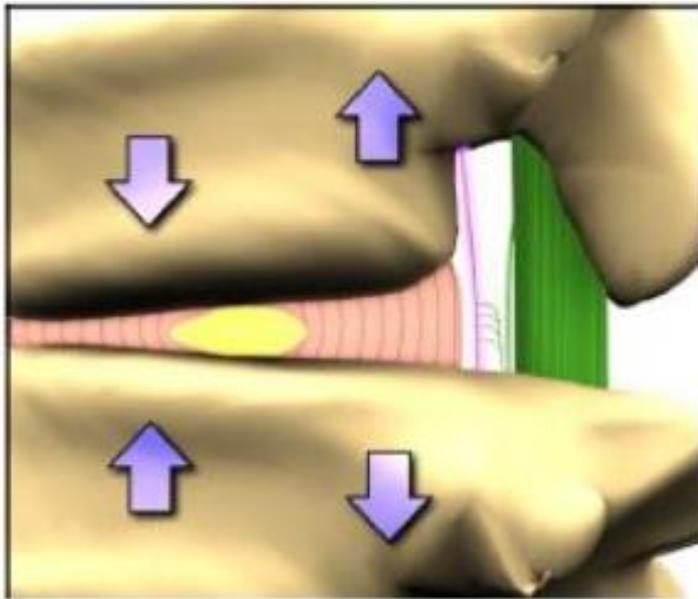


4 – PHYSIOPATHOLOGIE : LE MAL AU DOS

Comment apparaît le mal au dos ?

Si le mouvement est répété ou si l'on ajoute une charge, le noyau se déforme et vient toucher les nerfs sensitifs...

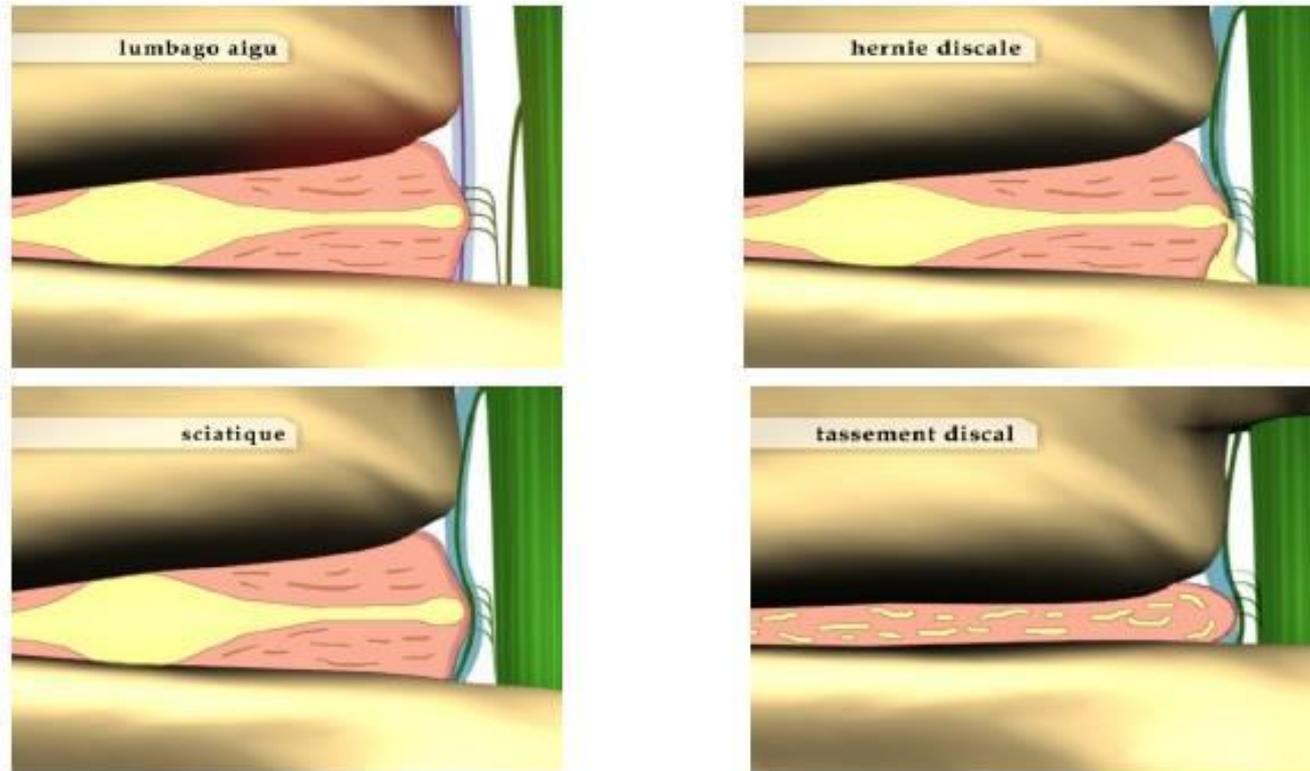
C'est le lumbago !



4 – PHYSIOPATHOLOGIE : LE MAL AU DOS

La répétition de mouvements imposant au disque intervertébral des efforts anormaux conduira à court, moyen ou long terme à une détérioration du disque intervertébral.

Les atteintes possibles du dos



La prévention de l'accident discal passe par un maintien des courbures naturelles de la colonne vertébrale pour permettre aux disques intervertébraux de travailler dans les meilleures conditions.

4 – LES PRINCIPES DE BASE

LES 6 PRINCIPES

- Fixation de la colonne : dos verrouillé, dos plat, hanches et genoux pliés, fessiers et abdominaux contractés.
- Superposition des centres de gravités : plus la charge est près de soi, moins elle est lourde.
- Utilisation des membres inférieurs : la mobilité des jambes et des pieds protège notre dos;
- Utilisation du poids du corps : utilisation de son propre poids du corps en contre poids (bras tendus).
- Utilisation des membres supérieurs : Attention au choix des prises pour ne pas se faire mal.
- La charge doit être le plus près possible du corps.



4 – LES TMS

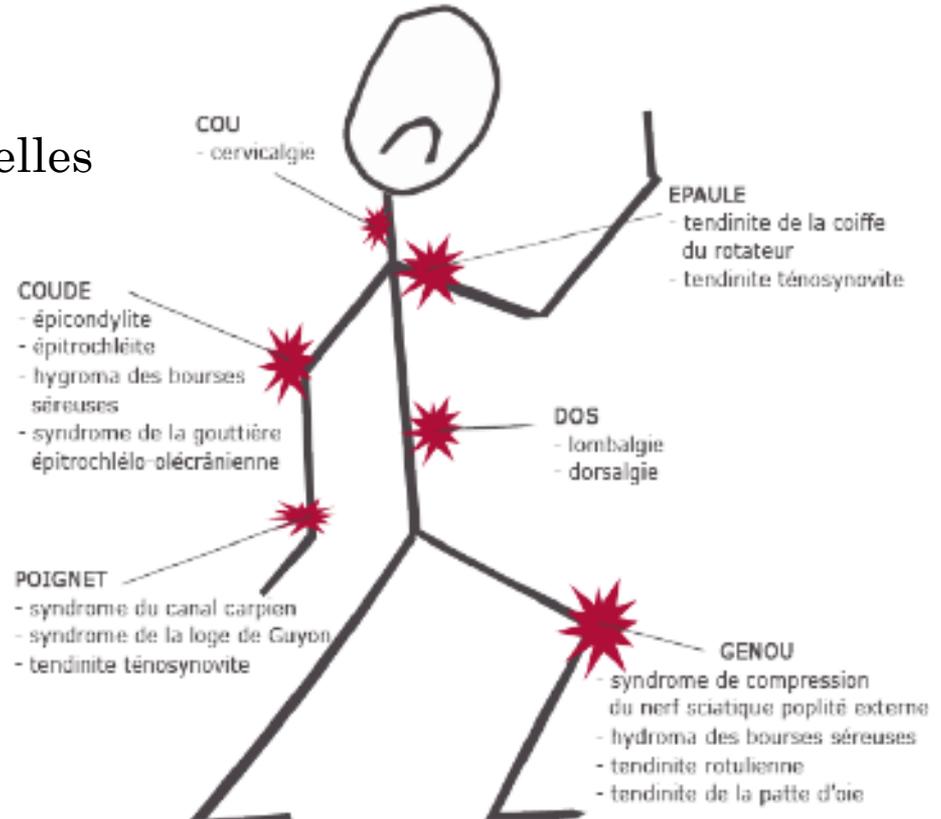


4 – LE RISQUE TMS

Pathologies d'hyper sollicitation : Troubles Musculo-Squelettiques = Affections des tissus mous autour des articulations : Muscles, Tendons, Ligaments, Nerfs...

Ce ne sont pas des accidents , mais un ensemble d'affections y compris la fatigue posturale, survenant au niveau de toutes les articulations.

= Domaine des Maladies Professionnelles



4 – LES SIGNES ET SYMPTÔMES DES TMS



Les **troubles musculo-squelettiques (TMS)** recouvrent diverses maladies liées aux postures de travail extrêmes, aux efforts excessifs et aux gestes répétitifs en milieu professionnel.

Ils touchent **les muscles, les tendons** et **les nerfs** et s'expriment souvent par :



de la **douleur**
périarticulaire



de la **raideur**



de la **maladresse**



une **perte de force**

Elles s'expriment par la douleur, de la perte de force et concernent les segments corporels permettant à l'homme de se mouvoir et de travailler. On retrouve en particulier :

- ✓ Gonflement
- ✓ Rougeur et Chaleur
- ✓ Réduction de l'amplitude
- ✓ Douleur lors des mouvements
- ✓ Engourdissement et Douleur au toucher

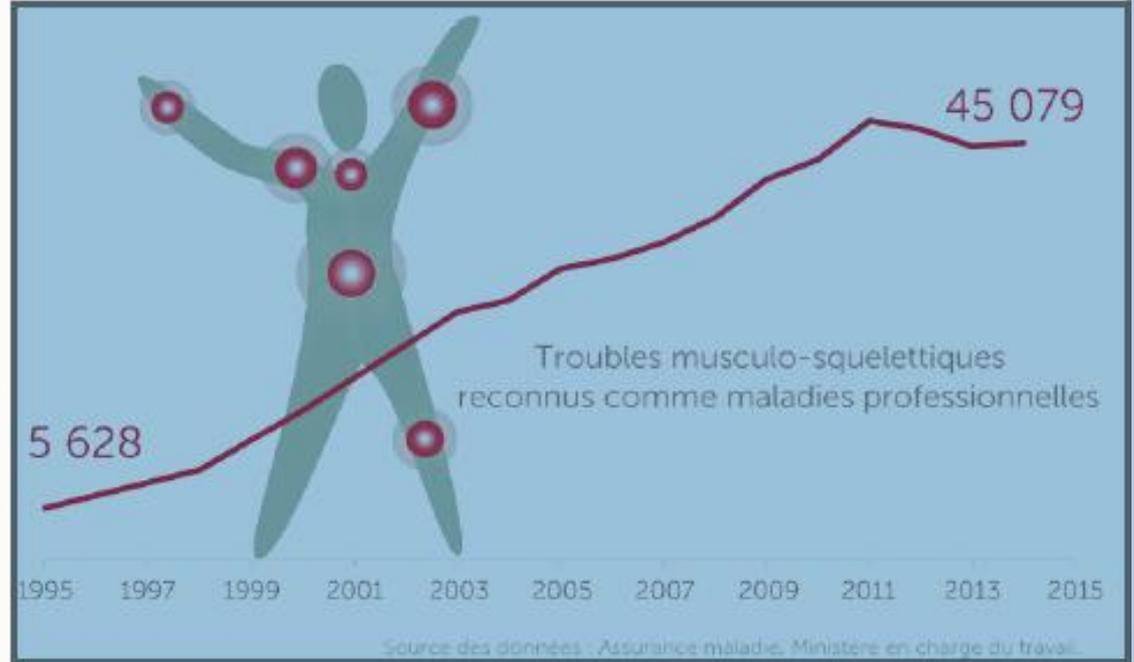
4 – LES TMS

Les troubles musculo-squelettiques (TMS) : 87 % des maladies professionnelles

60% de hausse en 10 ans des TMS reconnus d'origine professionnelle

45% des TMS entraînent des séquelles (incapacités permanentes)

Les maladies regroupées sous le nom de TMS ont en commun d'être directement liées aux conditions de travail et d'occasionner des symptômes douloureux des membres souvent supérieurs, ainsi qu'une réduction des capacités du salarié.





SYNTHÈSE

**CHAQUE PERSONNE
EST UNIQUE.**

**SA SANTÉ ET SA
SÉCURITÉ SONT
PRIMORDIALES.**

LES POINTS À RETENIR

- Au cœur de l'entreprise, tout salarié a l'obligation de prendre soin de sa santé et de celle de ses collègues concernés par ses actes au travail
- Notre environnement étant en constante évolution, notre attention de tous les jours doit être une évidence en respectant quotidiennement les différentes règles de sécurité à chaque poste de travail.
- Il faut mettre la santé et la sécurité au cœur de nos priorités.
- Le risque zéro n'existant malheureusement pas, le respect des basiques sécurités, la rigueur et la vigilance de chacun d'entre doit être une priorité.



LES POINTS À RETENIR

Pour votre propre santé et votre sécurité, mais aussi celles des autres, il est demandé à chacun d'appliquer au quotidien trois principes essentiels :

- ✓ **Le bon comportement commence par le respect des règles,**
- ✓ **Par sa participation active, chacun à son niveau est responsable de sa santé, de sa sécurité et de celles des autres,**
- ✓ **L'engagement personnel conduit au progrès permanent.**



La Prévention : une Priorité

- ✓ Signaler systématiquement TOUTE situation à risque
- ✓ Toujours penser : «je suis la personne la plus concernée par ma sécurité»
- ✓ Respecter les règles de sécurité : port des EPI (équipements de protection individuelle), ...

**LA
SÉCURITÉ
C'EST
NOTRE
PRIORITÉ**