

## MACONS

Afin de préserver votre santé, votre médecin du travail AMETRA 06 vous conseille de protéger :

### Votre tête :

Porter un casque de sécurité



### Vos oreilles :

Avec des serres tête adaptables au casque ou des bouchons anti-bruit



### Votre dos et vos articulations :

- Eviter la manutention manuelle
- Utiliser des moyens de levage



### Votre peau :

Porter des vêtements de protection que vous changerez souvent.



### Vos genoux :

A l'aide de tapis protecteurs ou de genouillères (il existe des vêtements les intégrant).  
Eviter de s'agenouiller dans les flaques d'eau souillées de ciment.



### Vos yeux :

Mettre vos lunettes de protection dès qu'il existe un risque de projection.



### Vos voies respiratoires:

- Se protéger des poussières en portant un masque anti-poussière normalisé.



### Vos mains :

- Se laver les mains avec un savon type surgras.
- Utiliser des gants adaptés.
- Eviter de lisser le ciment à mains nues.
- Utiliser plusieurs truelles régulièrement nettoyées.
- Se protéger avant le travail avec une crème de protection.



### Vos pieds :

Porter des chaussures de sécurité équipées de semelles anti-perforation. Eviter la macération dans les bottes en caoutchouc, porter des chaussettes en fibres naturelles fréquemment changées. Utiliser au besoin des produits contre la transpiration.



Ne pas fumer, boire ou manger sur les lieux de travail

Si vous le souhaitez, une liste des produits et des fournisseurs est disponible auprès de votre médecin du travail.

