



VACCINATIONS :

Vérifier que vous êtes bien à jour de vos vaccinations.
Se renseigner auprès du médecin du travail et/ou du médecin traitant.



TROUSSE DE SECOURS :

Savoir où se trouve la trousse de secours.
Vérifier les dates de péremption des produits avant toute utilisation.
Prévenir le responsable pour le réapprovisionnement des produits consommés.



NUMEROS D'URGENCE :

SAMU : 15 ou 112
POMPIERS : 18
CENTRE ANTIPOISON DE MARSEILLE : 04 91 75 25 25



EN CAS D'ACCIDENT PENDANT LE TEMPS DE TRAVAIL :

Prévenir rapidement l'employeur et lui envoyer l'arrêt de travail, le cas échéant, dans les 48 heures.



CONTACTS UTILES :

ALCOOL-INFO-SERVICE.FR - 0 980 980 930
DROGUES-INFO-SERVICE.FR - 0 800 23 13 13
TABAC-INFO-SERVICE.FR - 3989



HYGIENE DE VIE :

Boire 1,5 l à 2 l d'eau/jour.
Dormir suffisamment (7h/jour et penser à une sieste éventuellement) afin de prévenir les risques dus à la baisse de vigilance.
Faire 3 repas/jour à heure fixe, sans oublier le petit-déjeuner.
Pratiquer une activité physique régulière.
Se laver régulièrement les mains avec un savon doux et appliquer de la crème réparatrice.



Cap Var - Bât. D2 - 148 ave G. Guynemer - 06700 Saint-Laurent-du-Var
Tél. : 04 92 00 24 70 - www.ametra06.org



PREVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

AGENT DE NETTOYAGE

Edition : Juillet 2023 - NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE - Crédits images : 123rf.com - Piktochart.com



L'AMETRA06 VOUS CONSEILLE



Chute de plain-pied

- Porter des chaussures confortables, à bouts fermés et à semelles antidérapantes.
- Maintenir les accès dégagés.



Risque routier en mission

- Séparer l'habitacle du véhicule de la partie utilisée pour le transport du matériel.
- Optimiser les déplacements.
- Ne pas utiliser de téléphone au volant et respecter le Code de la route.
- S'assurer du bon état général du véhicule avant la mission.



Manutention manuelle

- Utiliser les moyens de manutention mis à votre disposition (chariot...).
- Pousser plutôt que tirer le chariot.



Postures contraignantes - Gestes répétitifs

- Laisser agir les produits avant de frotter les surfaces.
- Utiliser des outils à manches télescopiques pour les parties hautes afin de limiter les mouvements avec les bras en l'air.
- Fractionner les tâches pour limiter les gestes répétitifs.



Nettoyage des sols : carrelage, moquette...

- Garder le dos droit en adaptant la longueur du manche réglable.
- Remplacer l'essorage de la serpillière à la main par un système de presse.

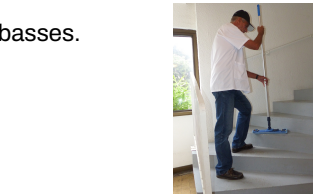


Nettoyage des surfaces horizontales

- S'appuyer avec la main libre pour soulager le dos.

Nettoyage des surfaces verticales

- Se rapprocher au maximum de la zone de travail.
- Travailler le dos droit, en alternant le bras droit et le bras gauche.
- S'appuyer avec la main libre pour soulager le dos.
- Adopter la posture du «chevalier servant» pour l'entretien des parties basses.



Nettoyage des escaliers

- Avoir le dos droit.
- Mettre les jambes légèrement écartées, sur deux marches.
- Mettre les pieds posés à plat avec un pied en avant.



Risque poussières

- Proscrire les techniques de balayage, de dépoussiérage et de soufflage (évite de mettre en suspension dans l'air des poussières inhalables dans les garages, les caves et les parkings).
- Favoriser l'aspirateur et/ou le balayage en phase humide.
- Pour dépoussiérer les petites surfaces, utiliser des lingettes humides ou en microfibres.



Risque chimique

- S'attacher les cheveux, avoir les ongles courts et enlever les bagues.
- Prendre connaissance de la notice d'utilisation des produits et des pictogrammes : lire les Fiches de Données de Sécurité du produit (FDS).
- Porter des gants (en nitrile) et une tenue de travail.
- Mettre les lunettes de sécurité en cas de risque de projection lors de la manipulation de produits (ex : produits corrosifs).
- Aérer pendant et après l'utilisation du produit.
- Vaporiser les produits sur un chiffon et non sur la surface à nettoyer afin d'éviter leur inhalation.
- Se laver les mains après utilisation des produits ménagers.
- En cas de produits à l'intérieur du gant, ôter le gant et se laver les mains.
- Ne transvaser les produits que dans de nouveaux contenants correctement étiquetés.
- Ne jamais mélanger des produits entre eux car des gaz toxiques pourraient se dégager.
- Attention au surdosage, respecter les dilutions du fournisseur (voir la fiche technique).
- Stocker les produits dans un local fermé, dédié, aéré et hors de portée du public.



Agents biologiques

- Protéger les plaies.
- Porter des gants en vinyle ou nitrile pour le nettoyage des sanitaires et le contact avec les ordures.
- Tenir les sacs poubelle à distance du corps (si possible les transporter sur un chariot).



Hygiène

- Ne pas porter les mains à la bouche ou aux yeux pendant le nettoyage.
- Ne pas fumer, manger ou boire de l'alcool pendant le travail.
- Se nettoyer les mains à l'eau et au savon chaque fois que c'est nécessaire et toujours avant et après le port de gants. Bien les sécher ensuite.
- Mettre un sac plastique dans le container pour éviter de le salir.



Risque électrique

- Vérifier l'état du matériel électrique (prise, cordon...), prévenir l'employeur si matériel défectueux.
- Ne pas débrancher l'aspirateur en tirant sur le cordon.
- Ne pas changer d'ampoule, ni réarmer le disjoncteur si vous n'êtes pas habilité.
- Ne jamais manipuler de matériel électrique sur sol mouillé ou avec les mains mouillées.



Risques psychosociaux

- Echanger avec ses collègues et la hiérarchie sur les difficultés rencontrées : organisation du travail, interaction hiérarchie/collègues, incivilités clients.
- Contacter le médecin du travail en cas de problème (visite médicale à la demande du salarié).



Travail isolé

- Mettre à disposition un téléphone professionnel avec un système DATI (dispositif d'alarme du travailleur isolé).