



#### VACCINATIONS :

Vérifier que vous êtes bien à jour de vos vaccinations.  
Vaccinations pour les hépatites B et A recommandées selon l'évaluation des risques (milieux de soin).  
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.  
En cas de brûlure, mettre la zone brûlée sous l'eau à 15°C pendant 15 minutes.



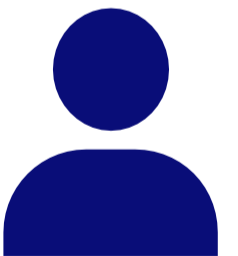
#### NUMEROS D'URGENCE :

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.  
Limiter sa consommation de boissons sucrées et de café.  
Faire 3 repas/jour (ne pas manger trop gras, trop sucré, trop salé).  
Pratiquer une activité physique régulière.  
Respecter un nombre d'heures de sommeil suffisant (environ 7h/nuit).

## PREVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

### EMPLOYE BLANCHISSERIE - PRESSING

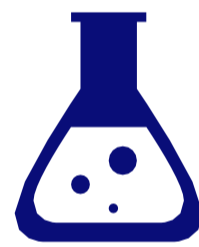




## Manutention manuelle - Postures contraignantes - Gestes répétitifs

*Douleurs des cervicales, du dos, des épaules, des coudes, des poignets, des mains, des genoux : risques de troubles musculo-squelettiques. Jambes lourdes, varices.*

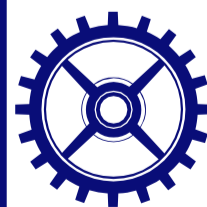
- Éviter les postures penchées en avant, privilégier la flexion des genoux en gardant le dos droit.
- Pour la manutention du linge, utiliser des porte-bacs à roulettes et des bacs à fond relevant.
- Régler la hauteur des tables à repasser au niveau de la taille.
- Utiliser du matériel léger et un tapis anti-fatigue au niveau du poste de repassage.
- Limiter la hauteur du repassage vertical pour garder les coudes le plus près possible du corps.
- Utiliser les mannequins de repassage s'ils sont disponibles.
- Limiter les postures prolongées avec les bras relevés en limitant la hauteur de stockage et d'accrochage du linge. Utiliser des perches.
- Alternier les tâches et les positions assise et debout.
- Prévenir l'insuffisance veineuse : éviter de porter des vêtements trop serrés au niveau des jambes et du ventre, porter des bas de contention, des chaussures à petits talons, se reposer avec les jambes surélevées...
- Surélever les machines pour limiter les postures contraignantes.



## Risque chimique

*Les produits utilisés peuvent être nocifs pour la santé et provoquer des atteintes au niveau des organes. Attention à l'utilisation du perchloréthylène progressivement interdit : agent cancérigène probable.*

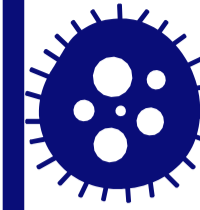
- Effectuer les opérations de détachage sur une table spécifique équipée d'une aspiration.
- Porter des gants (en nitrile de préférence), des lunettes de protection et une tenue de travail.
- Éviter les lentilles de contact car la poussière ou les produits chimiques pourraient être retenus par la lentille et causer des irritations ou des lésions à la cornée.
- Ne pas transvaser les produits dans des bouteilles de type alimentaire ou ayant contenu un autre produit et étiqueter les nouveaux contenants.
- Prévoir des masques de protection FFP1 pour le nettoyage des filtres afin de limiter l'exposition aux poussières.
- Porter un masque respiratoire de type A2, des gants adaptés, des lunettes de protection et une blouse de protection lors de la manipulation des produits, de l'entretien de la machine, de la recharge en solvant et du raclage des boues (Perchloroéthylène interdit à partir du 01/01/22).



## Utilisation de machines et d'outils

*Coupure, sectionnement de membres, entraînement des doigts, des cheveux, des vêtements par des systèmes en mouvement, projection, bruit...*

- Ne pas shunter les systèmes de sécurité des machines.
- Signaler immédiatement à l'employeur tout matériel défectueux.
- Entretenir les machines régulièrement.



## Agents biologiques

*Manipulation du linge souillé : infection bactérienne et virale, mycoses.*

- Porter un vêtement de travail (ex : blouse) et le changer régulièrement.
- Porter des gants (en nitrile de préférence) lors de la manipulation du linge souillé.
- Se nettoyer régulièrement les mains avec de l'eau et du savon.



## Chute de plain-pied

*Glissades sur sol mouillé, chute d'objets.*

- Maintenir les locaux propres et rangés.
- Désencombrer les allées.
- Porter des chaussures de sécurité avec des semelles antidérapantes.



## Ambiance thermique (chaud)

*Jambes lourdes aggravées par la station debout prolongée. Déshydratation.*

- Aérer régulièrement les locaux.
- Activer la climatisation en cas de besoin.



## Risques psychosociaux

*Multiplicité des tâches, amplitudes horaires importantes, exigence de rapidité, exigence de la clientèle : stress, fatigue.*

- Echanger avec le supérieur et les collègues pour favoriser la communication.
- En cas de difficultés, demander une visite médicale à votre initiative auprès du médecin du travail.



Dès le désir de grossesse et/ou le début de grossesse, contacter le médecin du travail.