



#### VACCINATIONS :

Vérifier que vous êtes bien à jour de vos vaccinations antitétaniques.  
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.  
S'assurer du réapprovisionnement des produits consommés, notamment de la présence de doigts.



#### NUMEROS D'URGENCE :

SAMU : **15** ou **112**  
POMPIERS : **18**  
SOS MAINS : **Clinique Oxford Cannes 04 92 98 40 27**



#### 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

### BOUCHER



L'AMETRA06 VOUS CONSEILLE



## Coupure

### Les couteaux

- Choisir un couteau en fonction de son usage : désossage, parage, dénervage, tranchage...
- Affûter et affiler les couteaux régulièrement et les remplacer quand nécessaire.
- Demander une formation aux techniques d'affûtage.
- Veiller à leur nettoyage (privilégier le lave-vaisselle) et à leur désinfection.
- Aménager des rangements pour les couteaux : barre magnétique, armoire de stérilisation...

### Les EPI

- Porter des EPI anti-coupure : tablier de protection en cote de maille (risque de perforation artère fémorale), gants anti-perforation, protège-bras.
- S'assurer de mettre le tablier à lamelles métalliques dans le bon sens : repère de couleur.



## Utilisation de machines et d'outils

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

- Ne pas porter de bijoux (bagues, bracelets...).
- Porter une tenue de travail ajustée avec les cheveux attachés.
- Ne pas shunter les systèmes de sécurité des machines : trancheuse à jambon, scie à os...
- Utiliser les machines en respectant les consignes d'utilisation et de sécurité.
- Débrancher les machines avant toute intervention : nettoyage, changement de lame...
- Vérifier le bon fonctionnement des machines lors de leur utilisation et les entretenir.
- Signaler immédiatement tout matériel défectueux.
- Lors des opérations de découpe ou tranchage, se placer dos au client et respecter un débattement d'1 mètre autour de soi.



## Manutention manuelle - Postures contraignantes - Gestes répétitifs

*Douleurs du dos, des épaules, des coudes, des poignets et des mains.*

- Utiliser les aides techniques : rails, palans, transpalettes, hayons, chariots, présentoirs à roulettes...
- Pour soulever une charge, se rapprocher de la charge, dos droit et genoux fléchis.
- Limiter la distance de port de charge et les quantités portées.
- Limiter le poids des charges poussées en rolls à 350 kg maximum.
- Demander une formation gestes et postures.
- Sur l'égal, limiter la profondeur de présentation des produits à 60 cm afin d'éviter la position penchée en avant.
- Alternier les postures et éviter les gestes répétitifs.
- Travailler sur un plan de travail à hauteur des hanches, s'en rapprocher le plus possible et garder les coudes près du corps.



## Chute de plain-pied

*Sols glissants, mouillés... : entorse, fracture.*

- Maintenir les locaux rangés et les accès dégagés.
- Nettoyer régulièrement les sols avec un produit dégraissant et signaler toute détérioration.
- Porter des chaussures ou des bottes de sécurité confortables, légères et à semelles antidérapantes.



## Ambiance thermique (froid)

*Risque d'hypothermie, engelure.*

- En chambre froide négative, porter les protections individuelles contre le froid : polaire, gants...
- Limiter le temps de présence dans la chambre froide.
- Vérifier que la porte de la chambre froide peut s'ouvrir de l'intérieur.



## Agents biologiques

**Risque d'allergies** : asthme, rhinite allergique, dermatite de contact...

**Risque infectieux par contact cutané ou muqueux avec les carcasses ou abats des animaux** : abcès, panaris, verrues, mycoses, rouget du porc...

- En cas de plaie, nettoyer, désinfecter et poser un pansement étanche ou un doigtier.
- Ne pas porter les mains à la bouche et aux yeux.



## Hygiène

- Porter des tenues de travail propres, changées régulièrement et les retirer à la pause.
- Garder les ongles courts et propres.
- Se laver les mains avant et après chaque pause, après chaque passage aux toilettes, après s'être mouché et s'essuyer les mains avec des essuie-mains à usage unique.
- Porter un masque chirurgical en cas d'infection ORL.



## Risque électrique

- Protéger les prises électriques lors des opérations de nettoyage et de désinfection.
- Ne pas tirer sur les fils lors du débranchement des appareils, le cordon risquerait de se détériorer.



## Risque chimique

*Risque d'irritations, d'allergies cutanées et/ou respiratoires.*

Désinfectants, produits nettoyants...

- Utiliser les produits en respectant les consignes d'utilisation et de sécurité.
- Porter les EPI : gants en nitrile de préférence, lunettes de protection, tenue de travail...
- Se laver les mains après utilisation du produit.



## Risques psychosociaux

*Incivilités, insécurité...*

- Favoriser la culture de l'entraide et l'échange entre collègues.
- Veiller à maintenir des échanges courtois en toutes circonstances avec la clientèle.
- Faire remonter les difficultés à l'employeur (d'un point de vue organisationnel, matériel, ...).
- En cas de difficultés, demander une visite médicale auprès du médecin du travail.