



## VOUS ÊTES... CONVOYEUR DE FONDS

### PRINCIPAUX RISQUES

**RISQUES ROUTIERS** : blessures diverses, décès.

**MANUTENTIONS, POSTURES PÉNIBLES ET VIBRATIONS** : douleurs du cou, du dos, des genoux, des épaules, des coudes, des poignets et des mains : risque de troubles musculo-squelettiques. Station assise prolongée : jambes lourdes, varices.

**RISQUES DE BRAQUAGE** : charge mentale et émotionnelle permanente, traumatismes psychologiques, blessures diverses, décès.

**BRUIT** (bruit impulsionnel, entrainement

au tir), ambiance bruyante continue dans les fourgons) : perte auditive, irritabilité, fatigue, troubles de la concentration et du sommeil.

**CONTRAINTES ORGANISATIONNELLES** (horaires variables, contraintes de temps, attention soutenue continue, risques d'agression, travail en espace exigu) : fatigue, stress, mauvaise hygiène de vie, surpoids, risques de maladies cardiovasculaires, troubles digestifs, troubles du sommeil, perturbation de la vie familiale et sociale.

**ACCIDENTS DU TRAVAIL** : chutes (de plain-pied, du véhicule).

#### EN SAVOIR PLUS :

[www.ast67.org](http://www.ast67.org)

Pour tout renseignement, adressez-vous à votre médecin du travail

### QUELQUES CONSEILS

#### PRÉVENEZ LES ACCIDENTS DE LA ROUTE

- › Respectez le Code de la Route : restez vigilant, ne téléphonez pas en conduisant, quel que soit le dispositif utilisé. Ne consommez pas d'alcool, ni de substances illicites.
- › Consultez votre médecin du travail en cas de baisse de vos facultés visuelles, de maladie et de prises de médicaments pouvant présenter un risque pour la conduite.

#### ADOPTÉZ LES BONS GESTES ET LES BONNES POSTURES

- › Réglez votre poste de conduite en fonction de votre taille et de votre poids afin de garder les coudes au maximum près du corps lors de la conduite.
- › Pour le chargement ou le déchargement du convoyeur au dépôt, utilisez des aides au levage.
- › Pour soulever, rapprochez-vous le plus possible de la charge, dos droit, genoux légèrement fléchis.
- › Demandez à pouvoir bénéficier d'une formation PRAP (Prévention des Risques liés à l'Activité Physique).

#### PROTÉGEZ-VOUS DU BRUIT

- › Portez des protections auditives adaptées lors des sessions de tir.

#### ADOPTÉZ UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE

- › Dormez au calme et dans l'obscurité.
- › Prenez 3 repas légers et équilibrés par 24 heures.
- › Ne grignotez pas, ne sautez pas de repas.
- › Buvez régulièrement de l'eau.
- › Pratiquez une activité physique régulière.

**PARTICIPEZ** aux cellules psychologiques d'écoute en place dans vos établissements.



Ce qu'il faut faire :

Rapprochez-vous de votre employeur pour pouvoir appliquer au mieux ces conseils de prévention.