

Ordonnance de prévention



VOUS ÊTES... FEMME / VALET DE CHAMBRE

PRINCIPAUX RISQUES

- **MANUTENTIONS, POSTURES PÉNIBLES ET GESTES RÉPÉTITIFS** : douleurs du cou, du dos, des épaules, des coudes, des poignets, des mains et des genoux : risques de troubles musculo-squelettiques. Station debout prolongée : jambes lourdes, varices.
- **PRODUITS CHIMIQUES** (produits de nettoyage) : rhinite, asthme, eczéma, irritations de la peau et des voies respiratoires.
- **RISQUES INFECTIEUX** (manipulation du linge sale et des poubelles, nettoyage des sanitaires) : infections virales, bactériennes, parasitaires. Mycoses.
- **ACCIDENTS DU TRAVAIL** : accident (piqûre, coupure) avec exposition au sang (AES) ou autres liquides biologiques, chute (de plain-pied, de hauteur), contusion, coupure, brûlure (chimique ou thermique), agression verbale et physique.
- **CONTRAINTES ORGANISATIONNELLES ET RELATIONNELLES** (imprévu, charge de travail variable, exigences de qualité et de rapidité, travail le week end et les jours fériés, horaires coupés, temps partiels, clients mécontents et/ou agressifs...) : stress, fatigue, épuisement, perturbation de la vie familiale et sociale.

QUELQUES CONSEILS

ADOPTER LES BONS GESTES ET LES BONNES POSTURES

- » Utilisez le matériel de manutention que l'employeur doit mettre à disposition (chariot de transport) et le matériel de nettoyage spécifique (équipements à manche télescopique, sabre de dépoussiérage à mémoire de forme, pince de ramassage, tuyau de remplissage, balai à réservoir intégré...).
- » Rapprochez-vous au maximum de la zone de travail et travaillez les coudes près du corps.
- » Pour soulever, rapprochez-vous le plus possible de la charge, dos droit, genoux légèrement fléchis.
- » Limitez au maximum les positions agencées et/ou accroupies prolongées et/ou répétées.



PROTÉGEZ-VOUS DES RISQUES INFECTIEUX

- » Observez avant de toucher (seringues, aiguilles, lames de rasoir, préservatifs...) et signalez tout déchet de ce type à votre responsable.
- » Utilisez les pinces à déchets fournies par votre employeur.
- » Portez des gants en nitrile.
- » Prenez connaissance du protocole concernant les Accidents avec Exposition au Sang et appliquez-le.



LAVEZ-VOUS RÉGULIÈREMENT LES MAINS avec un savon doux et appliquez de la crème réparatrice.

PRÉVENEZ LES ACCIDENTS

- » Respectez les consignes fournies par votre employeur.
- » Utilisez des moyens d'accès en hauteur sécurisés (escabeaux normalisés).
- » Portez les équipements de protection individuelle (chaussures de sécurité, vêtements de travail, gants, masques et lunettes) mis à votre disposition.

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

EN SAVOIR +

www.ast67.org

- » Fiche conseil express AST67 : 'Port de charges lourdes'
- » Lavage des mains : affiche 'Hygiène des mains simple et efficace', INPES

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

AST⁶⁷

Alsace Santé au Travail

Partenaire des entreprises

www.ast67.org

• 3 rue de Sarrelouis - 67080 Strasbourg • prevention@ast67.org

• tél. 03 88 32 18 67 • juillet 2018 © tous droits réservés