



EN SAVOIR PLUS :

www.ast67.org

AST67 - Fiche Conseil Express

- » 'Travail sur écran'
- » 'Accident d'Exposition au Sang'

VOUS ÊTES... AGENT DE SÉCURITÉ

PRINCIPAUX RISQUES

CONTRAINTES ORGANISATIONNELLES ET RELATIONNELLES (risques d'agressions physiques et verbales, travail isolé, travail de nuit, de week end, les jours fériés, amplitude horaire importante, horaires décalés, méconnaissance des sites à surveiller, pression temporelle liée au pointage lors des rondes, astreintes, sous-charge de travail, planning connu peu de temps avant les interventions, surveillance d'écrans multiples...) : fatigue, stress, mauvaise hygiène de vie, surpoids, risques de maladies cardiovasculaires, troubles digestifs, troubles du sommeil, perturbation de la vie familiale et sociale.

RISQUE ROUTIER : blessures diverses, décès.

POSTURES PÉNIBLES (surveillance en voiture, devant des écrans, statique en magasins ou en entreprises) : douleurs du

cou, du dos, des épaules, des genoux : risque de troubles musculo-squelettiques. Station debout ou assise prolongée : jambes lourdes, varices.

RISQUES LIÉS AUX AMBIANCES DE TRAVAIL

- **BRUIT** (surveillance de boîte de nuit, de concert, galerie marchande bruyante, alarmes des équipements de surveillance) : fatigue, perte auditive.
- **INTEMPERIES, CHALEUR, FROID**

ACCIDENTS DU TRAVAIL : agression, chute (de hauteur, de plain-pied), entorse, fracture, coupure, accident avec exposition au sang ou autres liquides biologiques, électrisation, accident de la route, risques spécifiques liés aux sites surveillés (chimiques, biologiques, incendie, explosion...).

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

QUELQUES CONSEILS

ADOPTÉZ UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE

- › Ayez une alimentation équilibrée (3 repas par 24h). Ne grignotez pas.
- › Buvez régulièrement de l'eau.
- › Pratiquez une activité physique régulière.
- › Dormez au calme et dans l'obscurité.
- › Si vous travaillez seul informez votre médecin du travail en cas de maladie et de prises de médicaments.

DEMANDEZ à POUVOIR BÉNÉFICIER DE FORMATIONS

à la gestion de crise. En cas de conflits, adoptez les bonnes attitudes pour ne pas aggraver la situation et appliquez les protocoles d'alerte et de signalement de l'entreprise.

PREVENEZ LES ACCIDENTS DE LA ROUTE

- › Respectez le Code de la Route : restez vigilant, ne téléphonez pas en conduisant, préparez préalablement vos itinéraires.
- › 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.
- › Soyez attentif à l'état de votre véhicule (éclairage, état des pneumatiques, essuie-glaces, équipements de sécurité ...).

ADOPTÉZ LES BONS GESTES ET LES BONNES POSTURES

- › Réglez votre poste de conduite en fonction de votre morphologie. Avancer/reculer le siège pour avoir les cuisses

en appui, les jambes légèrement fléchies, le dos en appui contre le dossier et les mains à 10h10. Pour les longs trajets, prenez un appui pour les avant-bras. Gardez les coudes au maximum près du corps lors de la conduite.

- › Marchez régulièrement et étirez-vous.
- › Si vous travaillez devant des écrans, ajustez votre siège à votre morphologie.

PROTÉGEZ VOUS DES RISQUES INFECTIEUX

- › Lors d'une intervention de secourisme, portez des gants à usage unique, de préférence en vinyle.
- › Prenez connaissance du protocole AES (Accident avec Exposition au Sang) et appliquez-le en cas de blessure ou de contact.
- › Soyez à jour de vos vaccinations obligatoires. Renseignez-vous auprès de votre médecin du travail.

PREVENEZ LES ACCIDENTS

- › Respectez les consignes édictées par votre employeur.
- › Portez les équipements de protection fournis : chaussures de sécurité, vêtements de travail, gants, protecteurs auditifs.
- › Utilisez le DATI (Dispositif d'Assistance pour Travailleur Isolé) qui doit être fourni par votre employeur.
- › Si vous intervenez sur des installations électriques, veillez à être titulaire d'une habilitation électrique, conformément à la réglementation.

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