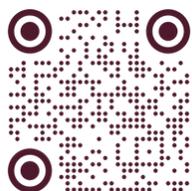
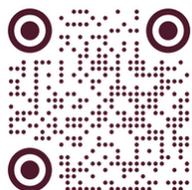


Pour aller plus loin...



Accéder aux modules de e-learning
- par notre partenaire NEO FORMA



Accéder à Tutoprév' interactif
- par l'INRS et l'Assurance Maladie

Accéder aux conseils et outils du FASTT



Le livret d'accueil sécurité du FASTT



Le site prévention sante-securite-interim.fr



La chaîne YouTube du FASTT « Coach Issa »



Retrouvez toutes nos fiches pratiques sur notre site internet

efficiency-santeautravail.org

Tél : 0 805 034 500

Mail : contact@efficiency.org

Siège social : 33 rue de Naples - 75008 Paris

Version juillet 2025

PRÉVENTION • RISQUES PROFESSIONNELS

Salariés intérimaires

- + Vous intervenez dans des environnements professionnels variés ?
- + Vous changez fréquemment de poste ou d'entreprise ?
- + Vous êtes exposés à des risques professionnels ?

Ce livret a pour objectif de vous informer sur les bons réflexes à adopter pour travailler en toute sécurité, dès votre arrivée en mission.



La manutention et les postures contraignantes

Effectuer des tâches répétitives, porter des charges lourdes avec des postures non adaptées peuvent entraîner des douleurs.

Comment préserver son dos lorsque l'on porte une charge lourde ?



Stable sur vos jambes, mettez vous face à la charge et fléchissez vos genoux



Saisissez fermement la charge au plus près du corps avec le dos bien droit



Nos conseils

- + Pratiquez l'éveil musculaire à la prise de poste
- + Repérez les situations à risque pour adopter les bons réflexes
- + Utilisez les équipements et outils mis à votre disposition par l'entreprise

Travail de nuit

Nos conseils

- + Instaurez des rituels en journée pour créer des conditions propices au sommeil
- + De retour de mission, commencez par une douche fraîche, mangez léger et évitez les écrans
- + Dormez à minima 5h en continu et si possible prévoyez une sieste de 20 minutes dans la journée

La vigilance est réduite la nuit, nous sommes moins réceptif aux dangers qui nous entourent.

Risques : fatigue, anxiété et risque d'accident plus important.

Multi employeurs

Cumuler plusieurs missions peut exposer à plus de fatigue et à une surcharge mentale.

Règles à respecter

- Durée de travail maximum : 10h par jour, 48h par semaine.
- Délai de repos minimal : 11h entre 2 journées de travail et un repos hebdomadaire de 24h.

Les addictions

Les substances addictogènes sont dangereuses : accidents, blessures, comportements à risque.

Alcool, cannabis, nicotine, anxiolytiques, ...

- ⚠ La dépendance peut s'installer sans s'en apercevoir
- ⚠ Garder le contrôle n'est jamais garanti

À savoir

L'employeur peut réaliser un dépistage (alcool, drogues) en cas de suspicion de mise en danger.



Conseils

Si vous vous reconnaissez dans l'abus de consommation, consultez votre médecin traitant ou rendez-vous dans un centre d'addictologie ou sinon association d'aide

Etes-vous accro aux écrans ?

Les signes qui doivent alerter

- + Se couper de ses amis et de sa famille dans la vraie vie
- + Scroller ou jouer en ligne jusque tard la nuit
- + Dormir avec son téléphone et ou le consulter dès le réveil
- + Interrompre son travail pour consulter son téléphone

D'autres risques existent, ne passez pas à côté

Chutes

Respectez les consignes de sécurité et les zones balisées, prévenez votre manager si une zone est encombrée.

Bruit

Stop aux écouteurs cachés sous le casque anti-bruit. Risque d'accident, difficultés de concentration et microtraumatismes de l'oreille interne.

Engin et vibrations

Réglez le siège, la position de conduite, évitez et signalez à votre manager les zones de circulation dégradées.

La conduite d'engin nécessite une autorisation (pelleteuse, chariot automoteur gerbeur, nacelle, grue mobile, etc.).



Conseils

- + Porter vos EPI !!
- + Restez vigilant en toute circonstance.

Vaccination vérifiez que vous êtes à jour dans vos vaccins

Cas de malaise ou de blessure demandez à votre agence une formation aux gestes de premiers secours, cela peut sauver une vie