

# Coursier

## CARACTÉRISTIQUES GÉNÉRALES

### Métiers apparentés

coursier distributeur de messagerie  
employé au courrier  
préposé au courrier

### Codes

- **PCS-ESE 2003** : 643a
- **CITP88** : 9151
- **ROME1999** : 12111
- **CITP2008** : 9621

## DESCRIPTIF

Le coursier est chargé de livrer des marchandises, produits alimentaires, colis, objets, courriers, à des destinataires et dans un délai déterminé, en général dans la journée, le plus souvent en milieu urbain et péri-urbain. Le respect des délais est un critère exigé.

Il se déplace à pied, en vélo, 2 roues motorisé, ou autre moyen de déplacement dans un périmètre circonscrit,

Il peut être amené à traiter sa tournée en fonction de l'urgence, de la fragilité, du poids et de la valeur des produits.

Il travaille pour le compte d'une société de livraison, ou pour une entreprise ayant son propre service de livraison, ou comme indépendant, sous-traitant ou prestataire.

## CARACTÉRISTIQUES GÉNÉRALES DE LA PROFESSION

### Aspects sociologiques :

D'après une étude Dares/drees en décembre 2018, il existe un manque de collectif, avec atomisation des prestataires, difficultés de rapprochement des salariés, et distance avec les centres de décision.

<https://drees.solidarites-sante.gouv.fr/dd31.pdt>

Population essentiellement masculine, parfois jeune salarié-étudiant, ou situation précaire selon le type d'emploi.  
Travail à temps partiel, horaires irréguliers et décalés.

### Formation professionnelle :

Le métier de coursier ne nécessite pas de formation particulière, hormis le BSR brevet de sécurité routière et l'ASSR attestation scolaire de sécurité routière et le permis de conduire requis selon le véhicule.

Dans les entreprises de grande taille, l'employeur doit proposer 5 jours de formation (FIMO : formation initiale minimum obligatoire).

Il existe cependant 2 diplômes utiles pour exercer le métier (selon CIDJ) :

- CAP conducteur livreur de marchandises
- CAP distribution d'objets et de services à la clientèle

### Evolution de carrière

Le métier de coursier peut évoluer vers la livraison de produits particuliers, animaux, produits chimiques, ...ou après formation et permis approprié vers le métier de chauffeur-livreur, de chauffeur poids lourds, et les métiers de la logistique.

Avec de l'expérience, le coursier peut devenir "dispatcheur" : il va, à son tour, organiser le travail des coursiers

## CARACTÉRISTIQUES MÉDICO-PROFESSIONNELLES

## Lieux de travail

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
voie publique	intemperie 				recommandations pour la surveillance médicale du travail à la chaleur 
					recommandations pour la surveillance médicale du travail au froid 
		adapter si possible le poste aux intempéries			
		organiser le travail en ambiance chaude 			
		porter des vêtements de travail adaptés à la chaleur			
		informer les salariés (fortes chaleurs) 			
		organiser le travail au froid 			
		porter des vêtements adaptés au froid			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		former à la CAT en cas d'orage			
		mettre en place la CAT face au coup de chaleur			
		informer les salariés (grand froid)			
			inconfort thermique lié à la chaleur		
			effets chroniques liés au froid 		
			coup de soleil		
			coup de chaleur et insolation 		
			effets de la foudre		
			facteur accidentogène		
			épuisement dû à la chaleur, sans précision 		
abords d'immeuble	espace de travail avec sol glissant	nettoyer régulièrement les sols			
		installer des sols anti-dérapants			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			lésion traumatique liée à une chute de plain-pied résultant de glissade, faux pas et trébuchement		
	intemperie 				recommandations pour la surveillance médicale du travail à la chaleur 
					recommandations pour la surveillance médicale du travail au froid 
		adapter si possible le poste aux intempéries			
		organiser le travail en ambiance chaude 			
		porter des vêtements de travail adaptés à la chaleur			
		informer les salariés (fortes chaleurs) 			
		organiser le travail au froid 			
		porter des vêtements adaptés au froid			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		former à la CAT en cas d'orage			
		mettre en place la CAT face au coup de chaleur			
		informer les salariés (grand froid)			
			inconfort thermique lié à la chaleur		
			effets chroniques liés au froid 		
			coup de soleil		
			coup de chaleur et insolation 		
			effets de la foudre		
			facteur accidentogène		
			épuisement dû à la chaleur, sans précision 		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
	posture debout avec marche				recherche des effets sur la santé décrits
					recherche de troubles locomoteurs
					recherche de pathologies osseuses, articulaires et périarticulaires
		conseils de prévention - insuffisance veineuse 			
			signes fonctionnels d'insuffisance veineuse		
			arthropathies		
			RG 57 (attention : liste limitative)		
			rachialgies dorsales - Région dorso-lombaire		
			maladies du système ostéo-articulaire, des muscles et du tissu conjonctif		
			chutes		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			glissades		
	intemperie 				recommandations pour la surveillance médicale du travail à la chaleur 
					recommandations pour la surveillance médicale du travail au froid 
		adapter si possible le poste aux intempéries			
		organiser le travail en ambiance chaude 			
		porter des vêtements de travail adaptés à la chaleur			
		informer les salariés (fortes chaleurs) 			
		organiser le travail au froid 			
		porter des vêtements adaptés au froid			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		former à la CAT en cas d'orage			
		mettre en place la CAT face au coup de chaleur			
		informer les salariés (grand froid)			
			inconfort thermique lié à la chaleur		
			effets chroniques liés au froid 		
			coup de soleil		
			coup de chaleur et insolation 		
			effets de la foudre		
			facteur accidentogène		
			épuisement dû à la chaleur, sans précision 		
domicile du client	espace de travail inadapté à l'activité				

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
	espace de travail d'accès physiquement difficile				
	espace de travail avec circulation sur plusieurs niveaux	entretenir les escaliers			
		entretenir les sols			
		privilégier les sols anti-dérapants			
		signaler les dénivelés			
			autre chute d'un niveau à un autre		
			chute dans et d'un escalier et de marches		
espace de vente restauration rapide	espace de travail avec sol glissant	nettoyer régulièrement les sols			
		installer des sols anti-dérapants			
			lésion traumatique liée à une chute de plain-pied résultant de glissade, faux pas et trébuchement		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
	bruit de fond 	effectuer le traitement acoustique des locaux à la conception (plafonds, murs, postes)			
		réduire le bruit de fond			
			effets extra-auditifs du bruit 		
			effets extra-auditifs du bruit 		
			effets extra-auditifs du bruit 		
	espace de travail sousdimensionné	optimiser le rangement	lésion traumatique liée à une chute de plain-pied résultant de glissade, faux pas et trébuchement		
établissement de soins	agent biologique 			contrôler l'état vaccinal des professions de santé 	
					recherche des effets sur la santé décrits
		mettre en place la CAT en cas d'AES 			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		informer sur le risque infectieux			
		porter un masque FFP pour certains agents biologiques			
		porter des lunettes ou une visière de protection			
		porter des gants appropriés à l'activité 			
		veiller à l'hygiène des mains			
		former le personnel paramédical au bionettoyage 			
		respecter les règles d'hygiène pour les tenues (milieu de soins)			
			maladies infectieuses et parasitaires		
café-restaurant	bruit de fond 	effectuer le traitement acoustique des locaux à la conception (plafonds, murs, postes)			
		réduire le bruit de fond			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			effets extra-auditifs du bruit 		
			effets extra-auditifs du bruit 		
			effets extra-auditifs du bruit 		
site d'entreprise					
entrepôt et plateforme logistique 	autre ambiance thermique en general 	adapter l'aération et la ventilation			
		isoler thermiquement les locaux 			
		préserver le confort thermique 			
		installer des lampes dégageant peu de chaleur type LEDS			
		aérer et ventiler les locaux			
			inconfort thermique lié à la chaleur		
			inconfort thermique lié au froid		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
	espace de travail avec circulation piéton véhicule	concevoir des voies de circulation			
		dégager des voies de circulation			
		matérialiser des allées de circulation			
		équiper les engins et véhicules de détecteurs-avertisseurs de recul ou de paniers			
		porter des EPI phosphorescents type brassards			
		porter un vêtement réfléchissant			
			traumatisme par accident de circulation en entreprise		
	bruit de fond 	effectuer le traitement acoustique des locaux à la conception (plafonds, murs, postes)			
		réduire le bruit de fond			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			effets extra-auditifs du bruit 		
			effets extra-auditifs du bruit 		
			effets extra-auditifs du bruit 		
pharmacie	contact avec la clientele generant une charge mentale particuliere	former à la CAT face à une personne agressive			
		former à la CAT face à des personnes différentes			
		former à la CAT face à des personnalités difficiles			
			troubles névrotiques, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes		
	contact regulier avec le public				
laboratoire					

## Organisation du travail

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
délais de livraison à respecter	travail sous contrainte de temps imposée	planifier le travail	troubles névrotiques, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes		
	coactivité (plusieurs activités concomitantes dans un même lieu)	établir un plan de prévention entre entreprise intervenante et utilisatrice 			
		bien organiser la coactivité			
salaire à la tâche					
salaire non mensualisé	précarité du statut générant une charge mentale particulière	améliorer le statut	épisodes dépressifs		
			troubles névrotiques, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes		
rythme dicté par la clientèle					
temps partiel imposé	employeurs multiples				recherche des effets sur la santé décrits
		veiller à la gestion des volumes de travail			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			troubles névrotiques, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes		
			surmenage		
			majoration de la fatigue générale		
	amplitude horaire de travail continue supérieure à 10 h		fatigue [asthénie]		
			trouble du rythme veille-sommeil non dû à une cause organique		
			troubles de la vigilance 		
organisation du travail par géolocalisation					
fluctuation hebdomadaire de la charge de travail	rythme pouvant générer une perturbation de la vie familiale	séparer lieux de vie et lieux de travail	trouble de l'humeur [affectif], sans précision		
horaires irréguliers	travail de nuit occasionnel		troubles du sommeil 		
			dyspepsie		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
	imprévisibilité des horaires de travail 				
	amplitude horaire de travail continue supérieure à 10 h		fatigue [asthénie]		
			trouble du rythme veille-sommeil non dû à une cause organique		
			troubles de la vigilance 		
travail de nuit 	travail de nuit >270h/an 				recommandations HAS pour la surveillance des travailleurs postés et de nuit 
					recherche de troubles psychiatriques
					recherche de facteurs de risques cardio-vasculaires
					recherche de troubles du sommeil

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
					recommandation pour la surveillance médico-professionnelles des femmes en travail de nuit
		limiter les organisations en horaires atypiques			
		privilégier le volontariat			
		respecter les temps de repos (travail de nuit) 			
		informer sur la chronobiologie 			
		conseiller en hygiène de vie en cas de travail en horaires décalés 			
			classement CIRC 2A (travail de nuit posté)		
			troubles du sommeil 		
			troubles de la vigilance 		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			facteur accidentogène		
			perturbation de la vie sociale		
	amplitude horaire de travail continue supérieure à 10 h		fatigue [asthénie]		
			trouble du rythme veille-sommeil non dû à une cause organique		
			troubles de la vigilance 		
très tôt occasionnellement	amplitude horaire de travail continue supérieure à 10 h		fatigue [asthénie]		
			trouble du rythme veille-sommeil non dû à une cause organique		
			troubles de la vigilance 		
très tard occasionnellement	amplitude horaire de travail continue supérieure à 10 h		fatigue [asthénie]		
			trouble du rythme veille-sommeil non dû à une cause organique		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			troubles de la vigilance 		
travail géré seul	isolement psychologique 	favoriser le travail en réseau	souffrance mentale		
	manquer de moyens ou de temps pour faire un travail de qualité				
	surcharge de travail ressentie				recherche d'une souffrance psychique
		veiller à la gestion des volumes de travail			
			troubles névrotiques, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes		
	coactivité (plusieurs activités concomitantes dans un même lieu)	établir un plan de prévention entre entreprise intervenante et utilisatrice 			
		bien organiser la coactivité			
turn over élevé					

## Tâches

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
prendre connaissance de la mission					
se déplacer sur les lieux de prise et dépose	nuisances du coursier				établir la fiche de poste du coursier
		ordonnancepreventioncoursier			
	déplacement routier				évaluer la compatibilité de la conduite avec l'état de santé 
		prévenir le risque routier			
		aménager des accès			
		former les conducteurs routiers 			
		signaler temporairement et baliser le chantier			
		informer le salarié sur la prise de substances et la conduite 			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		choisir des véhicules à poste de conduite ergonomique			
		signaler les dénivelés			
		utiliser des véhicules appropriés 			
		utiliser du matériel sur roulettes			
		informer sur risque routier et affections incompatibles avec la conduite			
		informer et former à la manutention manuelle 			
		mettre à disposition des sanitaires à proximité			
		limiter les organisations en horaires atypiques			
		respecter les temps de repos			
		privilégier les horaires favorisant la récupération			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		ROUTIER Prévention coll du risque			
			lésions traumatiques de plusieurs parties du corps		
			état de stress post-traumatique 		
	pollution environnementale urbaine 				
	vibration transmise corps entier				recherche d'une anomalie de la statique rachidienne
			lombalgie basse 		
	poste de conduite non ergonomique	régler le poste de conduite			
		former le personnel à l'utilisation des outils			
			maladies du système ostéo-articulaire, des muscles et du tissu conjonctif		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			facteur accidentogène		
retirer le produit chez l'expéditeur	port de charge (déplacement horizontal) 				recommandations HAS pour la SMP du risque lombaire lors de la manipulation de charges
					recommandations pour surveillance médicale de la manutention manuelle 
		prévenir les risques liés à la manutention manuelle 			
		Utiliser des aides à la manutention 			
		améliorer la préhension des charges			
		respecter les limites de port de charges réglementaires 			
		porter des chaussures de sécurité			
		informer et former à la manutention manuelle 			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		proposer une formation action PRAP 			
			RG 57 (attention : liste limitative)		
			RG 98 (attention liste limitative)		
			RG 79 (attention : liste limitative) 		
			rachialgies		
			cardiopathies ischémiques		
	soulèvement de charge (déplacement vertical)				
charger et décharger le produit					
déposer le produit chez le destinataire					

## Outils et équipements

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
vélo	vibration transmise corps entier				recherche d'une anomalie de la statique rachidienne
			lombalgie basse 		
	intemperie 				recommandations pour la surveillance médicale du travail à la chaleur 
					recommandations pour la surveillance médicale du travail au froid 
		adapter si possible le poste aux intempéries			
		organiser le travail en ambiance chaude 			
		porter des vêtements de travail adaptés à la chaleur			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		informer les salariés (fortes chaleurs) 			
		organiser le travail au froid 			
		porter des vêtements adaptés au froid			
		former à la CAT en cas d'orage			
		mettre en place la CAT face au coup de chaleur			
		informer les salariés (grand froid)			
			inconfort thermique lié à la chaleur		
			effets chroniques liés au froid 		
			coup de soleil		
			coup de chaleur et insolation 		
			effets de la foudre		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			facteur accidentogène		
			épuisement dû à la chaleur, sans précision 		
	espace de travail avec circulation entre véhicules	concevoir des voies de circulation			
		dégager des voies de circulation			
		instaurer un sens de circulation			
		matérialiser des allées de circulation			
	espace de travail avec circulation piéton véhicule	concevoir des voies de circulation			
		dégager des voies de circulation			
		matérialiser des allées de circulation			
		équiper les engins et véhicules de détecteurs-avertisseurs de recul ou de paniers			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		porter des EPI phosphorescents type brassards			
		porter un vêtement réfléchissant			
			traumatisme par accident de circulation en entreprise		
	travail avec force				
moto	poids du véhicule lors du maniement ou des incidents		rachialgies		
	espace de travail avec circulation entre véhicules	concevoir des voies de circulation			
		dégager des voies de circulation			
		instaurer un sens de circulation			
		matérialiser des allées de circulation			
	espace de travail avec circulation piéton véhicule	concevoir des voies de circulation			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		dégager des voies de circulation			
		matérialiser des allées de circulation			
		équiper les engins et véhicules de détecteurs-avertisseurs de recul ou de paniers			
		porter des EPI phosphorescents type brassards			
		porter un vêtement réfléchissant			
			traumatisme par accident de circulation en entreprise		
	intemperie 				recommandations pour la surveillance médicale du travail à la chaleur 
					recommandations pour la surveillance médicale du travail au froid 
		adapter si possible le poste aux intempéries			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		organiser le travail en ambiance chaude 			
		porter des vêtements de travail adaptés à la chaleur			
		informer les salariés (fortes chaleurs) 			
		organiser le travail au froid 			
		porter des vêtements adaptés au froid			
		former à la CAT en cas d'orage			
		mettre en place la CAT face au coup de chaleur			
		informer les salariés (grand froid)			
			inconfort thermique lié à la chaleur		
			effets chroniques liés au froid 		
			coup de soleil		

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
			coup de chaleur et insolation 		
			effets de la foudre		
			facteur accidentogène		
			épuisement dû à la chaleur, sans précision 		
	vibration transmise corps entier				recherche d'une anomalie de la statique rachidienne
			lombalgie basse 		
véhicule utilitaire léger (VUL) 	déplacement des charges à l'intérieur du véhicule				
	véhicule utilitaire non sécurisé	conseils de prévention - véhicule utilitaire léger (VUL) 			
smartphone® 					
tablette numérique					

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
boitier électronique de signature (PDA)					
outils d'aide à la manutention					

### Produits, matériaux et publics concernés

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
clients	humeur des clients generant une charge mentale particuliere 				recherche d'une souffrance psychique
					recherche d'addictions
					recherche d'une prise de psychotropes
					recherche de troubles du sommeil

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		former à la CAT face à des personnes différentes			
		former à la CAT face à des personnalités difficiles			
		former à la CAT face à une personne agressive			
			réaction aiguë à un facteur de stress		
			troubles névrotiques, troubles liés à des facteurs de stress et troubles somatoformes		
clientèle exigeante					
marchandises et produits divers					
contenant et/ou emballage défectueux	agent chimique	choisir les produits les moins dangereux et les moins volatils			
		réduire l'exposition au niveau le plus bas possible			

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
		aérer, ventiler, locaux à polluant à risque spécifique 			
		porter des EPI adaptés			
		informer employeur et salarié sur les agents chimiques dangereux			
		Respecter les règles d'hygiène : ne pas manger, ne pas boire au poste de travail			
marchandises transportées					

## Tenues de travail

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
tenue civile de type "code vestimentaire"					
casque					
chaussures de sécurité					

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES ET ORGANISATIONNELLES	NUISANCES ET CONTRAINTES À RECHERCHER	PRÉVENTIONS	EFFETS SUR LA SANTÉ	SUIVI DE L'ÉTAT DE SANTÉ	
				RÉGLEMENTAIRES	RECOMMANDÉES
chaussures de ville					

## EN SAVOIR PLUS

### Santé et travail

1. Afin de définir si un salarié bénéficie d'un Suivi Individuel Renforcé de son état de santé, il est nécessaire de vérifier s'il appartient à l'une des catégories suivantes des postes à risques particuliers ( art. R. 4624-23):

S'il le juge nécessaire, l'employeur complète la liste des postes entrant dans les catégories mentionnées au I. par des postes présentant des risques particuliers pour la santé ou la sécurité du travailleur ou pour celles de ses collègues ou des tiers évoluant dans l'environnement immédiat de travail mentionnés au premier alinéa de l'article L. 4624-2, après avis du ou des médecins concernés et du comité d'hygiène, de sécurité et des conditions de travail ou, à défaut, des délégués du personnel s'ils existent, en cohérence avec l'évaluation des risques prévue à l'article L. 4121-3 et, le cas échéant, la fiche d'entreprise prévue à l'article R. 4624-46. Cette liste est transmise au service de santé au travail, tenue à disposition du directeur régional des entreprises, de la concurrence, de la consommation, du travail et de l'emploi et des services de prévention des organismes de sécurité sociale et mise à jour tous les ans. L'employeur motive par écrit l'inscription de tout poste sur cette liste.

2. Dans ce métier, un certain nombre de situations ou nuisances peuvent après évaluation par l'employeur, poste par poste, être considérées comme **des facteurs de risques professionnels** cités dans le compte professionnel de prévention (C2P) :

- Travail de nuit

3. Les différents **tableaux de maladies professionnelles** pouvant être concernés dans cette profession sont :

- [Tableau n°57 : Affections périarticulaires provoquées par certains gestes et postures de travail \(liste limitative\)](#)

- Tableau n°79 : Lésions chroniques du ménisque (liste limitative)
- Tableau n°98 : Affections chroniques du rachis lombaire provoquées par la manutention manuelle de charges lourdes (liste limitative)

#### 4. Statistiques accidents du travail

en attente.

#### 5. les autres risques nuisances à rechercher

L'exposition aux intempéries peut être due au temps de circulation en deux roues, mais aussi au temps d'attente sur les trottoirs lors du retrait de plats préparés notamment.

## Caractéristiques exceptionnelles

De façon plus rare, la course peut être sur une longue distance et par réseau autoroutier.

Certains coursiers sont spécialisés sur un type de course (produits sanguins, plis confidentiels...).

## Glossaire métier

BL : bon de livraison

paiement à la course

dispatching

dispatcher

distributeur du quotidien

travail course à course

## Conclusions

Le métier de coursier a évolué, avec la livraison de nouveaux produits en plus grand nombre ( plats préparés, alcool...) tandis que le volume de courriers papiers diminue.

Le coursier est soumis à des situations de travail différentes notamment selon le moyen de transport utilisé, le type de rémunération, le dispatching et le lieu d'exercice.

La condition physique des coursiers est sollicitée, entre autre par les déplacements de plain pieds et en escaliers, la conduite soutenue et le port de charge.

## Règlementation

Pas de réglementation spécifique.

Rémunération à la course interdite par le Code du Travail, la rémunération doit obligatoirement comporter un fixe

Code de la route.

Permis de conduire correspondant au type de véhicule utilisé.

Convention collective "Transports routiers" CCN 3085; avenant n°104 du 12/12/2014 pour coursier non motorisé et avenant n° 112 du 19/04/2019 sur les indemnités kilométriques des coursiers à vélo.

## Références bibliographiques

L.Van Belleghem, F. Bourgeois. Le métier de coursier et ses pratiques de prévention. Etude ergonomique pour la prévention des risques professionnels; CNAM 2004. 65 p.

## ADRESSES UTILES

Syndicat National des Transports Légers 19 boulevard Malesherbes PARIS 8

Fiche métier FMP issue de la **FMP Coursier** consultable sur <https://www.fmppresanse.fr>