# **Ordonnance de prévention : Comédien**

Des conseils de prévention vous sont proposés ci-dessous, pour les principales expositions professionnelles potentielles pouvant générer des risques pour la santé (accident ou maladie), dans votre métier.

**Pour votre santé, protégez-vous !**

Protégez-vous des situations relationnelles ou organisationnelles :

* Etre attentif à la qualité de la communication au sein de l'équipe
* Mettre en œuvre la procédure "Conduite à tenir face à des comportements inadaptés"
* Mettre en oeuvre la procédure "Conduite à tenir face à des personnes difficiles"
* Prendre avis d'un professionnel de santé en cas de souffrance psychique
* Préserver un temps de sommeil suffisant
* Veiller à l'équilibre vie professionnelle-vie privée

Protégez-vous des effets du travail en horaire décalé :

* Eviter les boissons stimulantes, excitantes, 4 à 5 heures avant d'aller se coucher
* Garder un rythme de 3 repas équilibrés par jour

Pour protéger la grossesse :

* Consulter votre médecin du travail, en cas de travail de nuit
* Consulter votre médecin du travail, en cas d'exposition à des agents chimiques
* Eviter le port de charges lourdes

**Consulter votre médecin du travail en cas de grossesse ou de projet de grossesse**

**Consulter régulièrement dans votre entreprise les informations et formations disponibles en santé et sécurité au travail**

**En cas d'accident, faites le 15**

Fiche Remise par :

Date : 17/09/2025