# **Ordonnance de prévention : Costumier(ère)**

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 TMS :

* Alterner autant que possible les tâches
* Dégager et ranger son espace de travail
* Organiser son poste de travail pour éviter les mouvements extrêmes
* Régler le plan de travail et/ou le siège mis à disposition
* Utiliser les aides à la manutention mises à disposition
* Veiller au bon état des matériels et outils utilisés

Protégez-vous des situations relationnelles ou organisationnelles :

* Etre attentif à la qualité de la communication au sein de l'équipe
* Mettre en oeuvre la procédure "Conduite à tenir face à des personnes difficiles"
* Signaler à la hiérarchie tout dysfonctionnement organisationnel récurrent et/ou persistant
* Veiller à l'équilibre vie professionnelle-vie privée

Pour éviter les accidents :

* Connaître l'emplacement des extincteurs
* Respecter les consignes incendie de l'entreprise

Pour éviter les accidents de la route :

* Faire des pauses régulières en cas de conduite prolongée
* Faire une pause dès les premiers signes de somnolence
* Ne pas conduire sous l'effet de substances modifiant la vigilance
* Ne pas utiliser le téléphone en conduisant

Protégez-vous des agents chimiques :

* Lire les étiquettes (pictogrammes et mentions de danger) des produits utilisés
* Ne jamais associer l'eau de javel avec un autre produit (dégagement gazeux)
* Ne pas transvaser les produits chimiques dans des récipients non adaptés, non étiquetés
* Porter des gants (nitrile de préférence) pour la préparation et l'application des produits
* Rincer abondamment à l'eau courante ou au sérum physiologique toute projection oculaire
* Respecter les règles d'hygiène : ne pas manger, ne pas boire au poste de travail

**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 : 27/06/2025