# **Ordonnance de prévention : Monteur câbleur raccordeur fibres optiques**

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 !**

Pour éviter les accidents :

* Appliquer les consignes de balisage du chantier sur la voie publique
* Porter des chaussures de sécurité
* Porter des gants de manutention
* Porter des vêtements munis de bandes réfléchissantes.
* Respecter les consignes de sécurité lors de l'utilisation des engins de levage
* Respecter les procédures de l'entreprise en cas d'accident
* Signaler à votre hiérarchie tout défaut de sécurité

Protégez-vous des TMS :

* Privilégier le travail à deux, en l'absence d'outil d'aide à la manutention
* Signaler à la hiérarchie toute "inadaptation du poste" (locaux, matériel...)
* Utiliser les aides à la manutention mises à disposition

Protégez-vous du bruit :

* Porter les protecteurs individuels contre le bruit (PICB) mis à disposition

Protégez-vous des agents chimiques :

* Lire les étiquettes (pictogrammes et mentions de danger) des produits utilisés
* Porter des équipements de protection individuelle adaptés à l'utilisation des produits chimiques
* Rincer abondamment à l'eau courante ou au sérum physiologique toute projection oculaire
* Rincer abondamment à l'eau courante toute projection sur la peau et les muqueuses
* Se laver les mains avant de porter les mains à la bouche (boire, manger)

Protégez-vous des agents biologiques :

* Laver, désinfecter et protéger toute plaie
* Signaler la présence de nuisibles (rongeurs, insectes...)
* Tenir à jour les vaccinations recommandées

Protégez-vous des ambiances thermiques inconfortables :

* Respecter le protocole de l'entreprise (forte chaleur ou grand froid)

Protégez-vous des situations relationnelles ou organisationnelles :

* Etre attentif à la qualité de la communication au sein de l'équipe
* Signaler à la hiérarchie tout dysfonctionnement organisationnel récurrent et/ou persistant
* Veiller à l'équilibre vie professionnelle-vie privée

Pour éviter les accidents de la route :

* Ne pas conduire sous l'effet de substances modifiant la vigilance
* Ne pas utiliser le téléphone en conduisant
* Veiller au bon équilibrage des charges et à leur arrimage
* Vérifier périodiquement l'état du véhicule et de ses équipements

**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 : 22/08/2025