



ALLERGIES RESPIRATOIRES ET CUTANÉES

Bonnes pratiques pour diminuer l'empoussièrement dû aux farines :

- > Disposer d'un pétrin équipé d'un capot plein transparent en remplacement de la grille.
- > Utiliser, en sortie de silo, un manchon long descendant jusqu'au fond de la cuve.
- > Couler l'eau avant de vider le sac à farine sans le secouer.
- > S'équiper d'une diviseuse anti-projection et d'un laminoir à farineur automatique.
- > Étaler la farine à la main sans la projeter, fleurir au plus près ou à l'aide d'un tamis.
- > Proscrire l'utilisation du balai et de la balayette (remise en suspension des poussières).
- > Nettoyer à l'aide d'un aspirateur professionnel adapté et d'une raclette pour le plan de travail, avant de laver.
- > Disposer d'une ventilation efficace.
- > Porter un masque anti-poussières de type P3 en cas de fort empoussièrement.
- > Adopter une bonne hygiène contribue à une bonne santé :
 - Maintenir une tenue de travail propre,
 - Séparer la tenue de travail de la tenue de ville dans le vestiaire,
 - Se laver régulièrement les mains et les sécher correctement,
 - Proscrire le port de bijoux.
- > Porter des gants lors de l'utilisation des produits de nettoyage.

TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES (TMS)

- > Utiliser systématiquement les aides à la manutention (diable, chariot et support à roulettes...) et réduire les distances de transport.
- > Adapter la hauteur des plans de travail.
- > Appliquer les techniques de port de charges :
 - Garder le dos droit, plier les genoux,
 - Alternier les tâches,
 - Éviter les postures bras levés.

HORAIRES ATYPIQUES

- > Penser à la sieste qui permet de récupérer la dette de sommeil.
- > Se protéger du bruit, et de la lumière du jour, afin de recréer le plus possible les conditions de la nuit. Éviter de se faire réveiller