

Pour se sentir bien dans son travail de boulanger



Avoir une activité physique régulière



Dormir suffisamment



Avoir des repas réguliers et équilibrés



Respecter les dispositions de sécurité



Éviter les boissons alcoolisées



Éviter les substances psychoactives

Numéros utiles :

Tabac Info Service : 39 89 ou sur www.tabac-info-service.fr

Alcool Info Service : 0 980 980 930 ou sur www.alcool-info-service.fr

Drogue Info Service : 0 800 23 13 13 ou sur www.drogues-info-service.fr

Gardons le contact

Pour tout conseil concernant votre santé au travail, vous pouvez vous adresser à votre médecin du travail ou à l'infirmière en santé au travail sur l'un de nos sites de l'Ouest Hérault.



Siège social

79, avenue Georges Clémenceau
BP 40080
34502 Béziers Cedex
Tél. 04 67 09 27 70
Fax 04 67 09 27 79

Béziers Ouest

1, rue des Anciennes Carrières
3CA - ZAE Cantegals
34440 Colombiers
Tél. : 04 67 35 83 40

Béziers Est

19, avenue Jean Foucault
ZI - BP 40080
34502 Béziers Cedex
Tél. : 04 67 09 29 46

Agde

Centre Médical Vitalis
2, rue Dr. Schweitzer
Route de Rochelongue
34300 Agde
Tél. : 04 67 01 69 50

Bédarieux

PRAE Cavallé Coll
14, rue Aristide Cavallé Coll
34600 Bédarieux
Tél. : 04 48 44 01 50

Pézenas

Immeuble Espace Laser
Boulevard Paul Vidal de Lablache
34120 Pézenas

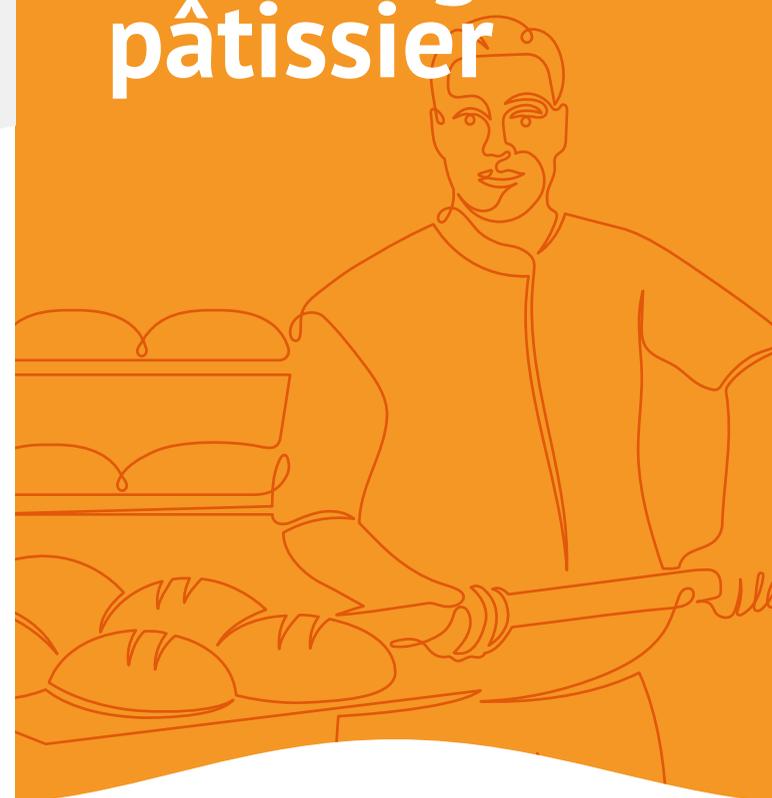
www.aist-beziers.org

AIST.
SANTÉ TRAVAIL
Béziers Cœur d'Hérault

Association Interprofessionnelle Santé Travail
Béziers Cœur d'Hérault

Les risques liés
au métier de

Boulangier, pâtissier



Ne pas jeter sur la voie publique - Réalisation : Studio Asensò - Impression : Combes & Hund Béziers

AIST.
SANTÉ TRAVAIL
Béziers Cœur d'Hérault

Le métier de boulanger en un coup d'œil

Quels sont les risques du métier ?

Comment se protéger de ces risques ?



Fabrication du pain à l'aide de farines diverses (blé, seigle,...) et d'autres ingrédients (levain, levure, œufs,...).



Allergies liées aux poussières de farine, aux micro-organismes ou aux parasites : toux, asthme, nez qui coule, rougeur des yeux,...



Utiliser un manche à farine, vider les sacs sans les secouer, éviter les courants d'air et étaler la farine sans la projeter.



Utilisation de machines et outils dangereux (pétrisseuse, batteur, malaxeur, laminoir, trancheuse,...).



Blessures (coupures, brûlures, électrisation) de soi ou des autres induites par l'utilisation des machines et autres outils.



Utilisation d'outils adéquats entretenus, laisser en place les protecteurs et brancher/débrancher les appareils avec les mains sèches.



Travail avec le bruit des machines.



Apparition d'acouphènes (bourdonnements,...).



S'éloigner si possible des machines bruyantes.



Exposition à la chaleur (fours) et au froid (chambres frigorifiques).



Possibilité d'avoir des rhumes, des brûlures, des vertiges et crampes musculaires.



Si l'on se brûle : refroidir à l'eau immédiatement, sinon nettoyer les plaies et boire souvent.



Horaires de travail non conventionnels (travail de nuit et les week-ends), activité solitaire.



Dérèglement du sommeil et du rythme alimentaire (manque de sommeil, troubles digestifs).



Faire la sieste et se coucher tôt, faire de vrais repas sans grignotage et avoir une activité physique régulière.



Utilisation de produits chimiques pour le nettoyage.



Réactions sous forme de rougeurs cutanées et de démangeaisons.



Ne pas mélanger les produits et prendre en compte les étiquettes.



Pénibilité du métier : manipulation de charges lourdes, travail debout, exposition à des températures élevées et déplacements sur sols glissants...



Avoir des douleurs articulaires, mal au dos et aux jambes, glisser et tomber. Subjectivité aux malaises et aux vertiges.



Plier les genoux pour soulever du poids en se plaçant face à l'objet à porter et en portant des chaussures anti-dérapantes. Se déplacer sans courir.