

TU VAS EXERCER UN JOB DE VACANCES DANS UN BUREAU ?

Voici comment veiller à la sécurité

1 La sécurité avant tout !

- ✓ Ferme **les portes et les tiroirs des armoires** après utilisation.
- ✓ N'entrepose pas de matériel dans les **passages**.
- ✓ Ne laisse pas traîner de **câbles** et utilise des **goulottes**.
- ✓ Tu dois ranger du matériel **en hauteur** ? Utilise des **moyens d'aide**, par exemple un escabeau.

2

C'est avec l'ergonomie que l'on va le plus loin

- ✓ Assieds-toi en gardant le dos **droit** et à **distance d'un bras** de ton **écran**. Règle ta chaise à la **bonne hauteur**.
- ✓ **Bouge le plus possible** : prends les escaliers, marche pendant tes pauses et change régulièrement de position (debout/assis).

3 La santé avant tout

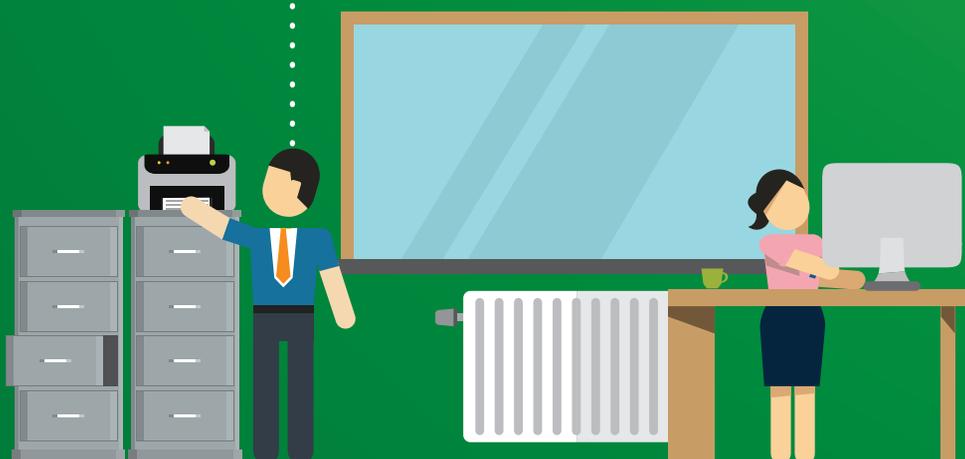
- ✓ **Tu es victime d'un accident** ? Laisse un **secouriste** s'occuper de toi.
- ✓ Assure un **climat intérieur sain** : ouvre la fenêtre ou règle correctement l'air conditionné.
- ✓ Le **toner de l'imprimante** est vide ? Demande à un collègue de le **remplacer**.

4 Ne joue pas avec le feu

- ✓ Ne surcharge pas le **circuit électrique**.
- ✓ Vérifie le cordon d'alimentation de chaque **appareil électrique** avant de le brancher sur une prise.
- ✓ Assure-toi de savoir où se trouvent les **extincteurs**.
- ✓ Renseigne-toi sur l'**itinéraire d'évacuation** et le **lieu de rassemblement** en cas d'incendie.

5 Un esprit sain dans un corps sain

- ✓ Signale à temps que tu subis du **stress** à ton **superviseur** sur le terrain.
- ✓ Quelque chose te dérange ? Parles-en avec ton responsable ou la **personne de confiance**.



?

*Tu as d'autres questions ?
Pose-les à ton responsable.*