

## A l'usage des salariés du particulier employeur

### 4 points de vigilance à suivre pour construire et préserver une bonne relation de travail avec mon employeur

Dans le cadre de mon travail, je dois veiller sur ma propre santé qu'elle soit physique ou mentale. Pour la préserver, je connais les bonnes pratiques de prévention

- 1) **Je suis acteur de ma prévention.**
- 2) **Je me familiarise avec les bonnes pratiques de prévention applicables au domicile de mon employeur.**
- 3) **Je partage les bonnes pratiques de prévention avec mon employeur.**
- 4) **J'informe mon employeur des difficultés rencontrées au cours de mon travail et je lui fais part de mes éventuelles propositions d'amélioration.**

**Mon employeur est mon meilleur interlocuteur pour échanger sur les bonnes pratiques de prévention**, notamment concernant ma formation, ma santé et ma sécurité". Il prend les mesures nécessaires pour assurer ma sécurité et protéger ma santé physique et mentale.

Ces mesures comprennent :

- **des actions de préventions des risques professionnels,**
- **des actions d'information et de formation,**



# Les bonnes pratiques de prévention

Je suis en sécurité si je dispose de matériel et d'équipement adaptés.

## L'entretien du sol



**L'utilisation de matériel adapté pour l'entretien du sol (balai, aspirateur, pelle, serpillère, seau..) me préserve d'une fatigue physique, d'une sollicitation trop importante de mes articulations des bras notamment des poignets et des coudes et de mon dos.**

Je peux suggérer à mon employeur l'utilisation d'un balai à franges avec un seau incluant un système d'essorage".  
Je privilégie toujours un matériel léger et maniable.

### Les conseils à appliquer

Le sol est nettoyé en allant du plus propre vers le plus sale. Le matériel est nettoyé après usage : seau, balai, serpillère. Je n'oublie pas de nettoyer, de rincer et de sécher les gants de ménage. Je me lave les mains après avoir porté des gants.

## Les produits ménagers



**Mon employeur doit mettre à ma disposition des produits ménagers qui me permettent d'effectuer un travail de qualité en toute sécurité et qui évitent les risques pour ma santé : irritation du nez, de la bouche, de la gorge, toux, rougeur, crevasse, allergie, brûlure de la peau.**

Les produits doivent être adaptés et en nombre suffisant. Je porte une blouse et des gants à machette (gants de ménage). J'évite les produits surpuissants et je préfère ceux d'origine naturelle. Le mode d'emploi et les étiquettes des produits utilisés doivent être lisibles pour une lecture avant utilisation. Les produits utilisés sont stockés dans leur emballage d'origine, jamais transvasés dans un autre récipient.

### Les conseils à appliquer

Les produits ménagers ne se mélangent pas. L'eau de javel n'est pas à mettre en contact avec un autre produit. Les produits sont rangés par catégorie dans un endroit sec et ventilé. La pièce est aérée pendant leur utilisation.

## Matériel nettoyage en hauteur



**Le travail en hauteur est strictement encadré car une chute de hauteur peut avoir des conséquences très graves sur la santé : plaies, entorses et fractures. Elles peuvent conduire à des décès.**

Il est donc souhaitable d'utiliser du matériel qui permette de travailler à hauteur d'homme comme par exemple un manche télescopique avec une raclette pour l'entretien des baies vitrées. Je ne dois pas monter sur une chaise, ni sur un tabouret et encore moins sur une table pour faire les vitres ou la poussière. A défaut, l'utilisation d'un escabeau de trois marches comportant une anse de sécurité est préconisée.

### Les conseils à appliquer

Je porte des chaussures qui me tiennent les pieds et dont les semelles sont en bon état. Je suis particulièrement vigilant(e) si je dois travailler en hauteur.

# Les bonnes pratiques de prévention

Je suis en sécurité si je dispose de matériel et d'équipement adaptés.

## Equipement et appareils ménagers



**J'utilise toujours des installations, du matériel et des équipements électriques en bon état et récents. Je vérifie régulièrement le matériel et les équipements que j'utilise.**

Mon employeur doit réparer ou acheter les équipements qui posent problème. Je n'hésite pas à le lui rappeler et je n'utilise aucune installation, ni matériel ou équipements électriques vétustes, en mauvais état et dont les fils sont dénudés. Je risquerais des brûlures internes ou externes voire un décès par électrocution.

### Les conseils à appliquer

Je demande à mon employeur de me montrer où couper l'électricité. Je lui demande des informations sur l'utilisation du matériel et des équipements que je ne connais pas.

## Accès matériel et équipement courant



**Les rangements doivent être facilement accessibles ainsi que tous les produits et matériels que j'utilise dans le cadre de mon travail.**

Le matériel lourd est rangé de préférence à hauteur d'homme. J'organise au mieux l'utilisation des plans de travail pour éviter les déplacements. Je peux revoir avec mon employeur le rangement si nécessaire pour préserver mes articulations des bras et mon dos.

### Les conseils à appliquer

Je limite le port de charges lourdes en utilisant des récipients de faible contenance. Je suis vigilante (s) dans mes déplacements. Je porte des chaussures qui me tiennent les pieds et dont les semelles sont en bon état.

## Manutention matériel volumineux et lourd



**Je limite les manutentions d'appareils électroménagers et de meubles lourds si les conditions de sécurité ne sont pas réunies.**

Je peux suggérer à mon employeur de mettre des plaques, des roulettes ou des patins (téflons ou feutre) sur le mobilier et l'électroménager à déplacer. Il existe des caddys trois roues pour les courses et mon employeur peut faire appel à un service de livraison à domicile pour les grosses courses. Je peux utiliser des récipients de faible contenance pour le bois, le charbon.

### Les conseils à appliquer

Je limite le port de charges lourdes si je suis seul (e) car je risque de me blesser : sollicitation trop importante de mes articulations des bras notamment des poignets et des coudes et de mon dos.

## Transferts



**Les manutentions manuelles sollicitent trop fortement mes articulations et mon dos. Des aides techniques existent pour améliorer ma sécurité et celle de la personne que j'aide.**

L'aide technique doit être adaptée aux capacités de la personne (physiques, psychologiques et cognitives) et à son environnement (présence de l'entourage, taille et configuration du logement).

### Les conseils à appliquer

Pour en savoir plus sur les aides techniques je consulte la rubrique aide techniques du site [prevention-domicile.fr](http://prevention-domicile.fr). Le médecin et le pharmacien sont parmi les meilleurs interlocuteurs de mon employeur sur ce sujet.

# Les bonnes pratiques de prévention

## Je suis en sécurité si je peux appliquer les recommandations

### Pièces et sols encombrés



**Des pièces du logement peuvent être encombrées par du mobilier, des objets, des fils et des tapis et gêner mes déplacements. L'éclairage peut être trop faible ou trop éblouissant. Je peux glisser, trébucher et tomber.**

J'informe mon employeur si besoin de la nécessité de ranger son logement et de dégager les zones de passages en supprimant les obstacles. Avec son accord, j'aménage les espaces pour circuler en toute sécurité dans le logement. Les conséquences des chutes de plain pied sur ma santé ne sont pas négligeables: plaies, entorses et fractures. Elles peuvent conduire à des décès.

### Les conseils à appliquer

Je porte des chaussures qui me tiennent les pieds et dont les semelles sont en bon état. Je sais que mon employeur et son entourage peuvent être concernés : 1 personne sur 5 de plus de 65 ans chute au moins une fois dans l'année. Les conséquences sur leur santé ne sont pas négligeables.

### Contamination



**Les agents biologiques (virus, bactéries, champignons, prions, parasites...) sont présents partout, chez les êtres vivants, dans l'environnement et dans les milieux de travail. Certains d'entre eux peuvent provoquer des maladies plus ou moins grave (poux, gale, maladies hivernales).**

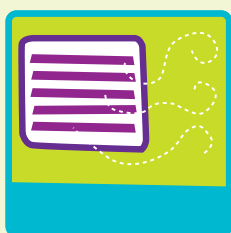
Le contact avec des personnes malades, du linge souillé, des animaux constitue un risque de transmission. Je porte des gants et une blouse et en cas de doute un masque. Je change le linge dès qu'il est souillé et je le lave au plus vite en respectant les consignes de mon employeur. Je ne m'occupe pas des déchets de soins. Les professionnels de santé ou les personnes en auto-traitement ont l'obligation de reprendre le matériel ayant servi aux soins.

Le cas échéant, je demande à ce que les animaux soient isolés pendant mon travail. Je m'assure auprès de mon employeur que les animaux avec lesquels je pourrais avoir un contact sont vaccinés contre la rage.

### Les conseils à appliquer

J'aère la pièce. Je me lave les mains avant et après les contacts. Je me lave les mains après avoir enlevé mes gants. J'utilise du savon liquide et une serviette propre. Je porte les ongles courts, sans vernis et pas de bijoux aux mains. J'attache mes cheveux si ceux-ci sont longs. En cas de doute, je vois mon médecin.

### Ventilation, chauffage, tuyaux d'alimentation



**Tout dispositif thermique de chauffage ou de production d'eau chaude sanitaire qui fait intervenir un combustible organique (contenant du carbone) peut être dangereux pour ma santé.**

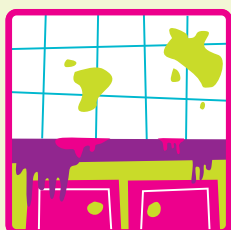
Je peux suggérer à mon employeur de :

- Veiller à une bonne ventilation des locaux où sont installés les appareils à combustion. Les bouches d'aération doivent être dégagées.
- Veiller à l'entretien et au nettoyage régulier de l'équipement de chauffage.
- Remplacer les appareils anciens raccordés à des conduites de gaz par des appareils conformes à la réglementation en vigueur.

### Les conseils à appliquer

La température ambiante à privilégier est autour de 20°C. L'utilisation du chauffage d'appoint est à limiter. Les numéros d'urgence sont accessibles facilement.

### Conditions d'hygiène



**Je m'assure des bonnes conditions d'hygiène et d'entretien du logement**

J'aère le logement tous les jours pendant au moins 10 m. Durant cette période, j'éteins les radiateurs et j'attends quelques minutes après avoir refermé les fenêtres avant de les rallumer.

J'évacue tous les dépôts de débris et de déchets susceptibles d'attirer des rongeurs. Je nettoie régulièrement toutes les surfaces du logement.

### Les conseils à appliquer

Je porte une blouse et des gants à manches. Je me lave les mains avant et après les contacts.