



Pédagogie active  
Accompagnement individualisé  
Jeu de rôle, recherches et expérimentation  
Formation métiers et/ou parcours compétences



+594 694 26 23 36 [contact@aoguyane.com](mailto:contact@aoguyane.com) Avenue Pasteur, Cayenne 97300, Guyane

Nom

Prénom :





Structure d'accueil :

Responsable :

Tél :

## I. Ma PMSMP en toute sécurité :



Vous allez effectuer une PMSMP\* pour :

- Découvrir un métier, un secteur d'activité,
- Ou confirmer un projet professionnel, - ou initier une démarche de recrutement, au sein d'une structure d'accueil (association, entreprise, collectivité...).

Pendant plusieurs jours, vous allez intégrer un nouvel environnement professionnel dont vous méconnaissez le fonctionnement. Pour que votre PMSMP se déroule le mieux possible, vous devez respecter l'ensemble des consignes d'hygiène et de sécurité au sein de la structure d'accueil.

Vous devez prendre soin de votre sécurité et de votre santé et de celles des autres salariés qui seront présents.

### **Vos obligations :**

#### **Je lis :**

- la documentation (brochure, vidéos...) de prévention, mise à disposition par la ML sur les métiers ou secteurs d'activité en lien avec ma PMSMP,
- les consignes de sécurité et les mesures d'hygiène du règlement intérieur ou des instructions de l'employeur,
- les instructions de l'employeur qui précisent, en particulier lorsque la nature des risques le justifie, les conditions d'utilisation des équipements de travail, les moyens de protection, les substances et préparations dangereuses. Elles sont adaptées à la nature des tâches à accomplir (art. L. 4122-1 du Code du travail).

#### **J'identifie :**

- le salarié désigné par la structure d'accueil en charge de m'accueillir, de m'informer et de me guider,
  - la ou les personnes salariées en charge de la sécurité à prévenir au sein de la structure,
  - les risques avec mon tuteur ou l'employeur,
- « *Mieux connaître les risques professionnels : c'est assurer sa sécurité et celle des autres* ».
- Si durant ma PMSMP, j'identifie un risque relatif à la santé et à la sécurité, j'alerte immédiatement mon encadrant, tuteur et les instances représentatives du personnel. Je peux me retirer de certaines situations si je juge la situation dangereuse (danger grave et imminent).

#### **Je m'équipe :**

Pour ma sécurité, je dois porter impérativement les Equipements de Protections Individuelles (EPI) confiés par ma structure d'accueil. Ils seront adaptés aux activités et aux tâches à réaliser (*casque de protection, lunettes, gants, masque, protections auditives, chaussures de sécurité, de travail, vêtements de protection...*)



### Je respecte :

-l'organisation (jours, horaires) ainsi que les missions et tâches définies dans ma convention PMSMP. Je ne réalise pas d'autres tâches non inscrites, -les consignes transmises par mon tuteur,

-les consignes de sécurité, les mesures d'hygiène et le règlement intérieur de la structure d'accueil, -les panneaux de signalisation,

-le matériel et les équipements, je suis les règles d'utilisation engins, machines, produits... Je ne touche ni aux substances, ni aux machines dangereuses. Je ne réalise pas de travaux interdits : amiante, rayon ionisant...

Certains postes nécessitent des habilitations ou des qualifications requises : *conduite d'engins, travaux en hauteur, électricité, utilisation de machines, de substances chimiques...* Vous ne pouvez donc pas les réaliser.

**ATTENTION** : si vous êtes mineur, une réglementation spécifique s'applique en termes d'horaires et de tâches.

-le code de la route pour me rendre à PMSMP et les règles de circulation dans l'entreprise.

En cas de manquement aux consignes de sécurité, vous risquez différentes sanctions. En cas d'accident du travail ou de trajet, merci de prévenir dans les 24h votre Mission Locale.

## **II. ACCUEIL PMSMP ...en toute sécurité**



Un salarié désigné par la structure d'accueil sera en charge de vous accueillir, de vous informer et de vous guider durant votre PMSMP.

Avec ce salarié ou le responsable, vous :

- Aurez une présentation générale de la structure et de son activité,
- Visitez cette structure afin de vous repérer et connaître son fonctionnement,
- Serez présenté aux autres membres du personnel,
- Repérerez les personnes salariées en charge de la sécurité à prévenir au sein de la structure, - serez informé des consignes générales de sécurité à respecter.

N'oubliez pas de faire le point sur :

- L'organisation de votre PMSMP (jours, horaires, lieu, accès...),
- Vos missions et les tâches qui vous seront confiées (définies dans le cerfa).

N'hésitez pas à poser des questions.

Rappel des principes de sécurité :

Dans le cadre de votre PMSMP, les Missions Locales sont garantes de votre sécurité durant votre PMSMP

Attention : si la santé et la sécurité au travail relèvent de l'employeur, le travailleur n'est pas exemple



D'obligation :

- Obligation de prudence
- Obligation de ne pas nuire aux autres salariés
- Obligation de ne pas dégrader le matériel
- Obligation de suivi des consignes, ordres, instructions
- Obligation d'alerter si danger grave et imminent



### III. LES EQUIPEMENTS DE SECURITE

Tout employeur doit assurer la sécurité et protéger la santé physique et mentale des travailleurs de son établissement. Pour ce faire, il prend les mesures appropriées conformément aux principes généraux de prévention.

Il existe 2 types d'équipements de protection :

- les équipements de protection collective, -
- les équipements de protection individuelle.

Les protections collectives sont à privilégier en priorité sur les protections individuelles.

#### 1. LES EQUIPEMENTS DE PROTECTION COLLECTIVE

Les équipements de protection collective ont pour fonction principale de **protéger d'un danger particulier n'importe quelle personne dans un système de travail**, en lui laissant un espace de liberté. Cette protection est durable. Elles visent à limiter ou confiner le risque et sont toujours mises en œuvre prioritairement aux *équipements* de protection individuelle (EPI).

Un équipement de protection est un dispositif, un mécanisme, un appareil ou une installation qui, par sa conception (agencement et matériaux constitutifs), est capable d'assurer valablement la protection des salariés contre un ou plusieurs risques professionnels. Cet équipement est intégré ou ajouté aux moyens de production ou aux postes de travail. Il est dit de protection collective s'il assure indistinctement la sécurité du salarié affecté au poste et celle des autres personnes présentes à proximité.



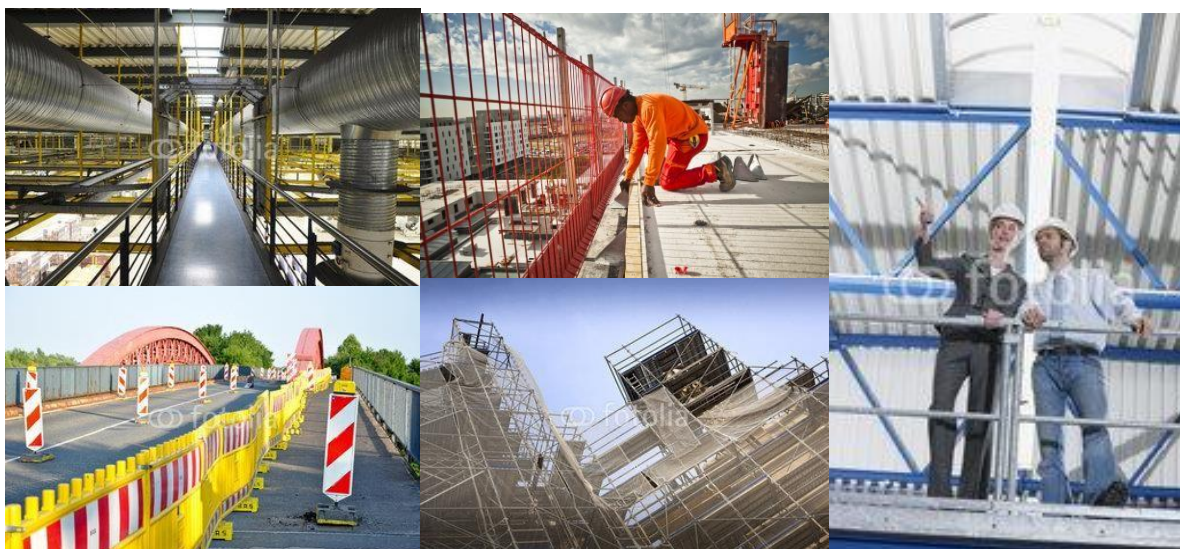


Quatre types de protection collective :

- La protection **par éloignement** (balisage, déviation...),
- La protection **par obstacle** (rambarde de sécurité...),
- La protection **par atténuation d'une nuisance** (insonorisation du local, encoffrement de la pièce usinée, aspiration de poussière, ventilation...),
- La protection **par consignation** d'une fonction dangereuse lors d'interventions.



**Attention, ne touchez jamais à une protection collective , Vous vous mettriez en danger.**



## **2. LES EQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE\*=EPI\***

Les EPI sont destinées à vous protéger contre un ou plusieurs risques (glissade, projection, heurt, coupure...). Ils sont en complément des autres mesures de protection.

Pour votre sécurité, vous devez impérativement porter les Equipements de Protections Individuelles (EPI) confiés par votre structure d'accueil. Ils seront adaptés aux activités et aux tâches à réaliser (*casque de protection, lunettes, gants, masque, protections auditives, chaussures de sécurité, de travail, vêtements de protection...*).

Les EPI vous permettront de lutter contre des risques professionnels de diverses natures :

- Biologique (*inhalation d'agents biologiques ...*),



- Chimique (*inhalation de vapeurs de solvants, contact des mains avec des produits chimiques...*),
- Mécanique (*chocs à la tête, projections de particules dans les yeux...*),
- Électrique,
- Thermique (*travail en chambre froide, projections de métal fondu...*),
- Rayonnements ionisants ou non ionisants (*laser, ultraviolet...*),
- Bruit...



Il existe différents équipements pour protéger :

### Votre corps :



- Le Harnais de sécurité : *contre le risque de chute dans le cas de travaux en hauteur ou intervention souterraine,*
- Les vêtements spécifiques de protection du corps contre divers risques, *comme le vêtement de signalisation à haute visibilité, le vêtement anti-coupure, la combinaison contre le risque chimique, la veste résistante au feu, contre le froid et les intempéries, contre la chaleur, les flammes...*



**Vos mains** (ex : les gants) : *protection des mains contre les coupures, écorchures, brulures, piqure froid, chaleur et pour meilleur hygiène*



**Votre nez et vos voies respiratoires** (ex : les masques) : *contre l'inhalation des fumées, des vapeurs, des gaz, anti-poussières...*



**Vos oreilles et votre ouïe** (ex : casque, bouchons d'oreilles...) : *les protections auditives contre la perte de l'audition, l'acouphène*



**Vos pieds** (ex : bottes, chaussure de sécurité) : *contre glissade, chute, écrasement, chaleur, Humidité...*



**Votre tête** (ex : les casques) : *qui ont pour fonction principale de protéger la partie supérieure de la tête contre les heurts, les chocs...*



**Vos yeux** (ex : les lunettes de protection, visière...) : *les protections oculaires contre les particules, les éclats, les rayonnements, les étincelles...*



**La moindre négligence peut avoir de graves conséquences, n'oubliez pas de porter vos EPI\*.**



### 3. VOTRE TENUE PROFESSIONNELLE

**Votre tenue doit être correcte, propre et adaptée à votre travail.** Dans certaine structure, vous devez porter un uniforme ou une tenue professionnelle adaptée (chaussure professionnelle, coiffe, combinaison, sur chaussure...). L'entreprise peut vous fournir votre tenue de travail dès votre arrivée que vous devez **obligatoirement** porter.

Dans certaines professions votre tenue est adaptée au respect des normes d'hygiène et des normes sanitaires (ex : industrie alimentaire, hôpitaux...). Certaines tenues sont à usage unique.



Soyez vigilant sur certains postes : ne portez pas de vêtement large, attachez vos cheveux longs et évitez les bijoux.

### IV. LA CIRCULATION

Avant de vous rendre dans votre structure d'accueil, repérez les locaux et les moyens de transport adaptés avant votre premier jour de PMSMP.

Utilisez si possible les transports en commun.

Si vous vous déplacez avec votre véhicule personnel, soyez vigilant et respectez le code de la route.

Stationner sur les parkings prévus à cet effet.

Dans l'enceinte de l'entreprise, la circulation est souvent multiple. Elle varie en fonction du mode de déplacement : véhicules, chariots et piétons.



- 👉 Respectez les règles de circulation dans l'entreprise, **ne circulez pas hors des zones prévues**
- 👉 Soyez vigilant, ne passez pas sous une charge
- 👉 Eloignez-vous des engins ou véhicules qui manœuvrent et se déplacent dans l'établissement
- 👉 Gardez votre attention pour éviter les chutes



Pour fluidifier la circulation :

- N'Encombrez Pas les passages, Les lieux de passage, zone de Circulation, accès de secours...  
Soyez consciencieux, rangez le matériel dans les endroits prévus  
Attention, ne laissez pas de fils trainer : risque de chute



## V. MANUTENTION et BONNE POSTURE

### 1. LE PORT DE CHARGE

La manutention manuelle de charges correspond à toute activité nécessitant de recourir à la force humaine pour soulever, abaisser, transporter, déplacer ou retenir un objet ou une personne de quelque façon que ce soit.

- Evitez de soulever inutilement des charges
- Utilisez le matériel mis à votre disposition pour porter charge : chariot, transpalette\*, chariot élévateur
- Faites-vous aider pour les charges lourdes

Si vous devez porter une charge, attention à votre posture.

- Gardez le dos droit
- Pliez vos jambes
- Portez la charge près du corps avec les bras tendus
- Scindez la charge et faites plusieurs voyages



\*Pour utiliser un transpalette, demander à votre tuteur : règle de chargement, de maniement, de conduite et d'arrêt, vous placez sur le côté et non devant. Vous ne devez pas monter ou vous asseoir sur un transpalette, ni transporter une personne.





\*\*Chariot élévateur automoteur : vous devez être titulaire d'une autorisation de conduite spécifique

## 2. BONNE POSITION ASSISE

- Utilisez un siège approprié,
- Réglez votre siège à la bonne hauteur, et ayez la bonne inclinaison,
- Ajustez la hauteur de votre plan de travail si cela est possible,
- Alternez la position assise et debout quand cela est possible



## 3. BONNE POSITION ET ECRAN

- Ajustez la hauteur de votre plan de travail
- Effectuez des réglages sur votre écran (un écran mat, un affichage sur fond clair)
- Disposez votre écran perpendiculairement aux fenêtres
- Le haut du moniteur à hauteur des yeux (excepté pour les porteurs de verres progressifs), le bord du clavier à 10-15 cm du bord du plan de travail,
- Alternez entre appui et non appui des poignets sur le plan de travail pour la frappe au clavier,
- Gardez la souris proche de vous
- Faites une pause active toutes les heures si le travail est intensif



## VI. L'ELECTRICITE

Dans notre société industrielle, l'électricité est la forme d'énergie la plus utilisée. Les travailleurs sont amenés à utiliser du matériel électrique.

Le risque électrique comprend le risque de contact, direct ou non, avec une pièce nue sous tension, le risque de court-circuit, et le risque d'arc électrique. Ses conséquences sont l'électrisation, l'électrocution, l'incendie, l'explosion. Si vous détectez un risque électrique, prévenez immédiatement votre tuteur ou le responsable ou le personnel de la sécurité.



**Seul le personnel compétent peut intervenir sur l'électricité : l'habilitation est obligatoire pour les travailleurs réalisant des opérations sur ou à proximité d'installations électriques .**

## VII. UTILISATION OUTILS ET MACHINES



- Utilisez les protections individuelles
- Respectez le mode d'utilisation
- Assurez-vous que les sécurités sont bien en place et fonctionnent
- Arrêtez la machine pour toute intervention. Elle doit être hors tension, pression, hors fluide, hors mouvement
- En cas de risque, appuyer sur le bouton arrêt urgence

## VIII. UTILISATION DE PRODUIT

- Suivez les instructions transmises par votre tuteur
- Lisez les étiquettes
- Respectez les consignes d'utilisation
- Ne mélanger pas les produits
- Attention de ne pas changer le contenant
- Apprenez à reconnaître les pictogrammes ci-dessous








## IX. PANNEAUX DE SIGNALISATION EN ENTREPRISE (voir doc joint)

## X. ACCIDENT ET INCENDIE : BONS COMPORTEMENTS

**En cas d'accident :**





-  Mettre la personne en sécurité et protégez-vous
-  Assurez-vous qu'il n'y pas de risque persistant pour la victime
-  Alerte les secours et le secouriste du travail
-  Rassurez la victime
-  Guidez les secours à leur arrivée

### En cas d'incendie :

Pour vaincre le feu avec un minimum de dégâts, il importe surtout d'agir vite, ce qui implique que l'alarme et l'alerte soient données le plus rapidement possible. Trois actions principales doivent avoir lieu de façon simultanée :



1. **déclenchement de l'alarme et de l'évacuation du personnel ou de la mise en sécurité** des personnes en situation de handicap le nécessitant, rapidement mais sans précipitation, dans le respect des consignes et des procédures ;
2. **réaction rapide et appropriée du personnel à proximité** pour éteindre ou contenir le début de l'incendie dans l'attente de l'intervention des secours extérieurs ;
3. **alerte des secours extérieurs** (sapeurs-pompiers). Il est ensuite primordial de faciliter l'intervention des secours dès leur arrivée.



### Numéro d'urgence

**Pompiers : 18**

**SAMU 15**

**Urgence Europe : 12**

## **XI.DROIT DE RETRAIT ET DALERTE**

Si au cours de votre PMSMP vous êtes dans une situation dangereuse avec un risque grave et imminent :

- alertez votre tuteur et le responsable sécurité de votre structure d'accueil,
- vous avez le droit de vous retirer de cette situation dangereuse (attention de ne pas mettre une autre personne en danger)
- contactez votre conseiller Mission Locale.

## **XII.DECLARATION D'ACCIDENT DU TRAVAIL**

En cas d'accident du travail dans les 24 heures, **informer ou faites informer votre employeur** de l'accident. Précisez-lui les lieux et circonstances, l'identité des témoins éventuels et du tiers responsable éventuel. Votre employeur a ensuite 48 heures pour déclarer l'accident à l'Assurance Maladie.





Pédagogie active  
Accompagnement individualisé  
Jeu de rôle, recherches et expérimentation  
Formation métiers et/ou parcours compétences



+594 694 26 23 36  [contact@aoguyane.com](mailto:contact@aoguyane.com)  Avenue Pasteur, Cayenne 97300, Guyane

### **Pour aller plus loin**

Les films de Napo : [www.napofilm.net/fr/napos-films](http://www.napofilm.net/fr/napos-films)

Fiches INRS : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

Quizz sécurité : <http://masecurite.fast.org>

### **Source**

- INRS- Institut National de Recherche et de sécurité : [www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)

-CARSAT – santé : [www.carsat-normandie.fr](http://www.carsat-normandie.fr)

-FASTT : <http://masecurite.fast.org>