SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL

Rester en bonne santé derrière le volant

Conduire un chariot toute une journée sollicite le dos, la nuque, l'ouïe et l'attention. Les bons réflexes, et le dialogue avec l'employeur, évitent la plupart des problèmes.

01 Les principaux risques

Collision avec un piéton

Premier risque grave en entrepôt. Angles morts, charge qui masque la vue, piétons distraits.

Renversement du chariot

Virage trop rapide, charge haute en mouvement, pente prise en travers, sol abîmé.

Chute de la charge

Palette mal prise, charge mal centrée ou plus lourde que la capacité du chariot.

Dos, nuque et épaules

Vibrations, siège mal réglé, rotations répétées de la tête en marche arrière.

Bruit et ambiance

Bruit des quais et des machines, froid des chambres froides, courants d'air sur les quais.

Charge des batteries et gaz

Local de charge ventilé, pas de flamme, protection des yeux et des mains ; ravitaillement gaz selon les consignes.

02 Votre santé suivie

Le poste de cariste est en général considéré comme un **poste de sécurité**. L'employeur organise alors une évaluation de santé par le conseiller en prévention-médecin du travail, avant l'affectation puis à intervalles réguliers. La vue, l'audition et la vigilance y sont particulièrement regardées.

Fatigue, médicaments qui rendent somnolent, douleurs au dos : parlez-en au médecin du travail. Il est là pour adapter le poste, pas pour vous écarter.

03 Les bons réflexes au quotidien

SIÈGE ET RÉTROVISEURS	Réglez le siège, le dossier et les rétroviseurs avant de rouler.
CEINTURE	Attachée à chaque fois que le chariot en est équipé. En cas de renversement, ne sautez jamais : tenez le volant et restez dans la cabine.
VIBRATIONS	Roulez à vitesse adaptée, évitez les nids-de-poule, signalez un sol dégradé.
NUQUE ET DOS	Tournez le buste plutôt que la seule tête, faites de courtes pauses et changez de position.
BRUIT	Portez les protections auditives prévues dans les zones signalées.
VIGILANCE	Hydratez-vous, mangez léger, signalez la fatigue. Jamais d'alcool ni de drogue au travail.

04 Équipements de protection

Toujours

Chaussures de sécurité et vêtement haute visibilité.

Selon le site

Casque, gants de manutention, protections auditives, vêtements contre le froid.

Local de charge

Lunettes et gants adaptés pour l'entretien des batteries.

05 Qui fait quoi

L'EMPLOYEUR	Analyse les risques, fournit un chariot en bon état, des allées sûres, les protections et les consignes.
LE CARISTE	Applique les consignes, contrôle son chariot, signale tout danger ou défaut.
LE CONSEILLER EN PRÉVENTION	Aide l'entreprise à prévenir les risques. Vous pouvez vous adresser à lui.

> Document d'information rédigé par le C.B.F.P. pour ses élèves. Il ne remplace ni la formation pratique, ni l'analyse des risques et les consignes de votre employeur, ni l'avis du conseiller en prévention ou du médecin du travail. Textes officiels : SPF Emploi, Travail et Concertation sociale (emploi.belgique.be), Code du bien-être au travail.