



MÉTIERS

Hôte(sse) de caisse : quels sont mes risques professionnels ?



VOS RISQUES ET LES MOYENS DE PRÉVENTION

Risques liés à la manutention répétée des articles

Vous manipulez des articles de taille et de poids différents, les mouvements répétitifs des mains, poignets et avant-bras peuvent entraîner des douleurs articulaires ou des tendinites...

- » Faites quelques mouvements avec vos bras afin de vous échauffer avant de prendre votre poste de travail.
- » Laissez les articles sur le tapis roulant et faites les glisser.
- » Laissez dans les caddies les produits lourds et encombrants .



Risques liés à la station assise prolongée

Vous êtes assis de façon prolongée, cela peut favoriser l'apparition de douleurs du dos et dans les jambes.

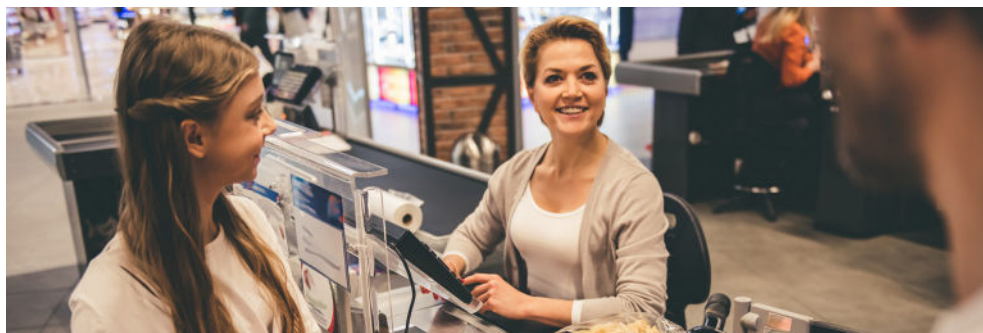
- » Réglez le siège à la bonne hauteur dès la prise de poste.
- » Pensez à vous lever régulièrement.
- » Alternez les positions assise et debout.
- » Utilisez un repose-pied si besoin.

Risques liés aux produits ménagers

Les produits pour nettoyer les caisses peuvent être irritants ou allergisants.

- » Soyez vigilant à ne pas mettre de produit sur vos mains lors du nettoyage des caisses.





Risques liés à l'ambiance thermique

Vous êtes exposé au froid ou aux courants d'air.

- » Portez des vêtements adaptés à l'environnement thermique.

Risques liés au stress

Vous êtes en contact avec des clients plus ou moins agressifs, cela peut augmenter le stress et participer aux risques psychosociaux. Les aléas tels que les problèmes d'étiquetage ou d'imprimante sont aussi sources de stress. Les caisses « petits paniers » où il faut limiter le temps d'attente des clients demandent une vigilance et une réactivité importantes.

- » Gardez votre calme lors de situations stressantes.
- » Communiquez avec vos collègues et vos responsables sur les difficultés rencontrées.
- » Sachez à qui vous adresser si un client est agressif.

Risques liés à l'environnement de travail

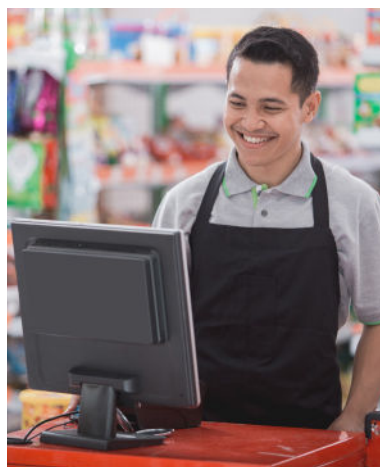
Le bruit de fond continu et l'éclairage peuvent entraîner des troubles de la vigilance ou de la fatigue.

- » Profitez des pauses pour vous exposer à la lumière du jour, dehors ou à proximité d'une fenêtre.

Risques de glissades et de chutes

Le sol peut être humide ou encombré, les locaux exigus avec passage d'escaliers...

- » Portez des chaussures confortables antiglisse.



ATTENTION À L'HYGIÈNE DES MAINS

Il se peut que les objets ou produits que vous touchez en caisse tout au long de la journée soient contaminés par des virus ou bactéries. Si vous portez vos mains à vos yeux, à votre bouche ou à votre nez, vous pourriez attraper une infection (par exemple : grippe, rhume, gastro-entérite...).



En caisse, utilisez du gel hydroalcoolique. Le lavage des mains à l'eau et au savon reste nécessaire lors des pauses: vous éviterez de vous contaminer et de contaminer les autres.

Les équipes d'Horizon Santé Travail sont à votre disposition pour vous accompagner dans toutes vos **démarches de prévention** en santé au travail.

Contactez-nous !
contact@horizonsantetravail.fr



www.horizonsantetravail.fr

