suva

STOP RISK
10 conseils contre les chutes

1 Regardez où vous mettez les pieds.

- Je marche sur le ballast. À cause du risque de glissade que cela présente, je ne marche jamais sur les champignons de rail, ni sur les traverses, ni sur les lames d’aiguille.
- Je porte des chaussures de sécurité et des vêtements de signalisation à haute visibilité pour ma propre protection.

2 Montez et descendez en toute sécurité …

- Je me sers toujours des deux mains courantes.
- En descendant, je prends garde aux inégalités du terrain.
- Je monte et je descends uniquement lorsque le véhicule est arrêté.

3 … voitures comprises.

- Je dépose d’abord le matériel.
- Je me tiens à la main courante avec au moins une main et je ne la lâche pas avant d’avoir retrouvé une position sûre.

4 Éliminez les obstacles qui peuvent faire trébucher.

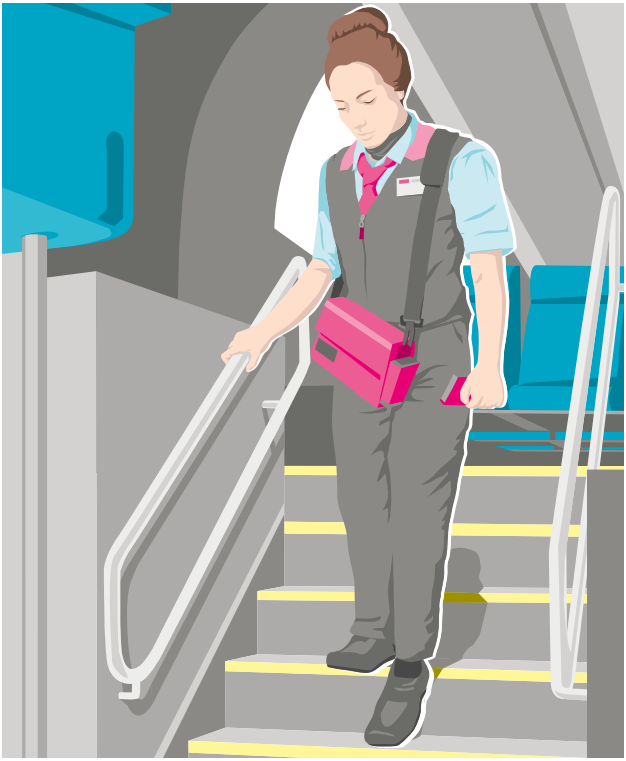
- J’élimine les obstacles qui peuvent me faire trébucher ou qui représentent un risque de chute pour mes collègues.
- Si je ne peux pas éliminer l’obstacle moi-même, j’informe mon supérieur.

5 Signalez chaque zone dangereuse temporaire.

- Je signale les chantiers et autres obstacles ou zones dangereuses temporaires.
- Si nécessaire, j’éclaire les lieux.

6 Prudence en cas d’accompagnement.

- J’adopte une position sûre et stable.
- Si possible, je me tiens fermement avec les deux mains.
- Je prends garde aux objets qui peuvent dépasser sur la voie.



7 Utilisez la main courante.

- Lorsque je monte ou que je descends les escaliers, j’utilise la main courante.
- Je franchis toujours une seule marche à la fois.

8 On peut aussi tomber au bureau.

- Je fais attention au risque de glissade et je range toujours les objets sur lesquels on pourrait trébucher (je fais de l’ordre).

9 Les échelles peuvent être dangereuses.

- Je veille à ce que l'échelle soit posée de façon stable. Si nécessaire, je ferme l'accès à la zone où je suis en train de travailler.
- Je ne monte jamais sur les deux derniers échelons d'une échelle double. Je vérifie que la sangle de sécurité est bien tendue.
- Je ne monte jamais sur les trois derniers échelons d'une échelle simple. Je choisis un angle d'inclinaison sûr.
- Aux abords des voies, j'utilise des échelles uniquement si j'ai reçu la formation nécessaire.

10 Regardez aussi où vous mettez les pieds durant vos loisirs.

- Je continue à faire attention à ma santé et à ma sécurité pendant mes loisirs aussi: à la maison, au jardin, dans les escaliers et lorsque j'utilise une échelle ou que je fais du sport.

Les chutes représentent un tiers des accidents professionnels.

Dans la branche ferroviaire, un grand nombre de chutes se produisent dans le cadre des travaux ou des déplacements effectués sur les voies, en montant dans une voiture ou en descendant d'un véhicule.

Nous avons trop souvent tendance à minimiser le risque d'accident lors d'une activité aussi simple et banale que de se déplacer en marchant ou de monter et de descendre des marches. Il est donc très important de suivre les conseils donnés dans cette brochure. Des conseils précieux pour votre sécurité et pour votre santé.

Suva
Case postale, 6002 Lucerne

Renseignements
Secteur industrie, arts et métiers
Case postale, 1001 Lausanne
Tél. 058 411 12 12
service.clientele@suva.ch

Commandes
www.suva.ch/84022.f

Titre
STOP RISK – 10 conseils contre les chutes

Imprimé en Suisse
Reproduction autorisée, sauf à des fins commerciales, avec mention de la source.
1re édition: mars 2003
Édition révisée: avril 2021

Référence
84022.f

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Financé par la CFST
www.cfst.ch