

PRATIQUER DES PAUSES ACTIVES DANS LA JOURNÉE

MA SANTÉ, MA PRIORITÉ

01

IDENTIFIER LA TÂCHE À RÉALISER

- Que dois-je faire sur le chantier ?
- Quelles sont les tâches à réaliser ?

02

ANALYSER LES RISQUES AVANT DE TRAVAILLER

- J'identifie les tâches à effectuer.

03

DÉFINIR UNE SOLUTION PRÉVENTION

- J'anticipe les différentes tâches pour préserver mon corps et éviter les blessures,
- Je prends conscience de mes capacités physiques.

04

METTRE EN OEUVRE DES MESURES DE PROTECTION

- Je fais des pauses actives entre chaque tâche différente,
- Je m'hydrate régulièrement.

Pour aller plus loin :

- Connectez-vous sur le site Prévention BTP
- Affiches OPPBTP D 6 H 01 18
- Dialoguez en direct avec nos experts