

Hygiène et alimentation



Français – Ce journal paraît également en allemand, italien, espagnol, portugais et serbo-croate.

SBV Schweizerischer Baumeisterverband
SSE Società Svizzera degli Impresari-Constructori
SSIC Societad Svizra dals Impressaris-Constructurs



Des boissons sans alcool.



Débuter la journée par un petit déjeuner.



Cultiver les contacts, les jeux et l'humour.



Jamais sans T-shirt.



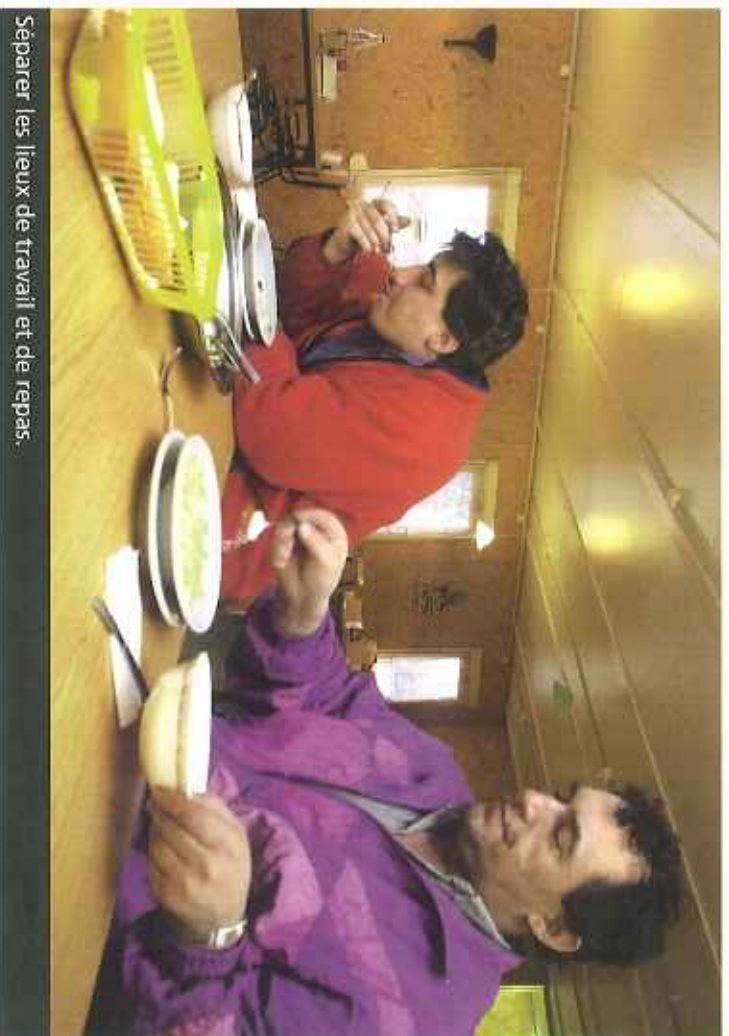
Détendre les muscles crispés.



Se doucher après le travail.



Se laver les mains avant le repas.



Séparer les lieux de travail et de repas.



Consommer chaque jour des fruits et des légumes.

Renseignements

BST – Bureau pour la sécurité au travail de la SSE

Suisse Romande

Bureau pour la sécurité au travail de la SSE
Casa postale 21
1000 Lausanne 22
Tel. 021 646 18 29
Fax 021 646 42 14

Deutsche Schweiz

Beratungsstelle für Arbeitssicherheit des SBV
Weinbergstrasse 49
8035 Zürich
Tel. 01 258 82 31
01 258 83 04
Fax 01 258 83 21
E-Mail: bfa@baummeister.ch

Svizzera Italiana

Ufficio di consulenza per la sicurezza sul lavoro della SSIC
Viale Portone 4
6501 Bellinzona
Tel. 091 825 54 23
Fax 091 825 75 38

Organismes de renseignements sur ce thème

- BST, Bureau pour la sécurité au travail de la SSE, Lausanne, tél. 021 646 18 29
- Suva, division médecine du travail, Lausanne, tél. 021 310 81 11
- Administration cantonale, santé publique

Prestations

La Société suisse des entrepreneurs SSE dispose d'un bureau pour la sécurité au travail BST avec siège à Zurich et filiales à Lausanne et Bellinzona. Les activités du BST sont régies par un contrat entre la SSE et la SUVA. Les prestations du BST se concentrent sur trois domaines:

Formation, Conseils, Publications

Les prestations du BST s'adressent à toutes les entreprises du secteur principal de la construction et sont en principe gratuites.

Publications sur ce thème

- L'eczéma du ciment, BST-INFO 26, Shop-SSE, Zh, tél. 01 258 82 92
- Protection des voies respiratoires, BST-INFO 28, Shop-SSE, Zh, tél. 01 258 82 92
- Vêtements d'hiver, BST-INFO 30, Shop-SSE, Zh, tél. 01 258 82 92
- Les dermatoses professionnelles, SUVA, commande no 2869/11
- Protection contre les dermatoses du ciment, SUVA commande no 88170
- Protection de la peau, SUVA SBA no. 122
- Comment protéger votre peau, brochure SUVA no 88025

Règles fondamentales

- Se laver les mains avant chaque repas, même avant les neuf heures.
- Le ciment peut irriter la peau, douche journalière recommandée par conséquent.
- Diviser son alimentation en plusieurs fois par jour, ne pas aller au travail sans déjeuner.
- Eviter l'alcool pendant le travail, mais boire suffisamment de boissons sans alcool. Le corps a besoin de 1,5 à 2 litres de liquide par jour.
- Diminuer ou supprimer carrément la fumée. Penser que les poumons sont suffisamment éprouvés par les poussières et les vapeurs.
- Ne pas travailler à torse nu, un T-shirt protège des rayons du soleil et des produits irritants.
- Des exercices d'étirements et de détente évitent les crispations musculaires.
- Favoriser pendant les temps libres les contacts, les jeux et l'humour.