



Fiche conseils salariés

JEUNES TRAVAILLEURS de 15 à 18 ans

Mémo des bonnes pratiques

Durée du travail

Par semaine :

- Pas plus de 35 heures
- 2 jours de repos consécutifs

Par jour :

- 8 heures maximum

Pause de 30 min après 4h30 consécutives de travail



Repos quotidien

14 heures consécutives pour les moins de 16 ans

12 heures consécutives pour les plus de 16 ans

Le travail de nuit est interdit pour les moins de 18 ans

- Entre 20h00 et 6h00 pour les moins de 16 ans
- Entre 22h00 et 6h00 pour les plus de 16 ans

Sauf dérogations (ex : boulangerie, pâtisserie, hôtellerie...)



RESPECTEZ :

- Les consignes de sécurité
- Les protections collectives existantes
Ne pas enlever une sécurité machine
- Les procédures de travail et les horaires

UTILISEZ :

- Les protections individuelles mises à votre disposition
Une protection individuelle ne se partage pas



Il faut être attentif aux risques liés aux manutentions manuelles et aux postures :

Douleurs du dos et accidents

Vous êtes en pleine période de croissance, un effort physique bref et intense peut :

- Vous fatiguer plus vite qu'un adulte
- Avoir des conséquences sur le développement de votre squelette

Ce que dit la loi :

Une aptitude médicale est nécessaire aux travaux comportant des manutentions manuelles excédant 20% du poids du jeune travailleur (*Décret 2015 – 443 et 444 du 17 avril 2015*).

Equipement de protection individuel (EPI)

A quoi ça sert ?

A préserver votre santé des risques professionnels auxquels vous êtes exposés à votre poste de travail

Vêtements de travail, casque (si besoin)

Chaussures de sécurité

(Chute d'objet, écrasement, glissade)

Protections auditives : une perte auditive est irréversible

Protections oculaires

(Projections, brûlures)

Protections respiratoires

(Poussières, produits chimiques)

Protections cutanées (gants)

(Coupures, brûlures, infections...)





Accident de trajet

Les accidents de la route sont la première cause de décès chez les jeunes



Accident de travail

Mauvaise évaluation des risques (utilisation d'outils, de machines dangereuses...)



La consommation d'alcool, de drogues augmente le risque d'accidents



Hygiène de vie et santé au travail

Généralités



Préservez votre sommeil

En cas de fatigue, le risque d'accident est augmenté

Privilégiez une alimentation équilibrée ainsi qu'une hydratation régulière (eau)

Cela aide au maintien de vos capacités physiques et d'apprentissage

Lavez-vous les mains chaque fois que nécessaire



A vous de jouer !

Trouver les situations professionnelles dangereuses :



Retrouvez les solutions sur www.inrs.fr – ED 4469

L'équipe médicale de santé au travail peut être contactée pour tout **souci de santé en rapport avec le travail**, même pendant un arrêt de travail.