

APTE-Sénégal

Projet d'Amélioration des Performances de Travail et d'Entrepreneuriat au Sénégal

Cahier d'exercice n°2 de l'élève du Collège d'Enseignement Moyen



Education Development Center, Inc.

1025 Thomas Jefferson St. NW, Suite 700W, Washington DC 20007, USA www.edc.org

Adresse au Sénégal : Villa No 17, Sacré-Cœur, Pyrotechnie, BP 16215 Dakar Fann, Sénégal

Tel: (+221) 33 821 44 44 Email: apte-senegal@edc.org

Module 5 : Hygiène, Santé et Sécurité au travail

« Faggu moo gën fajju » : Mieux vaut prévenir que guérir.

Autoévaluation :

Module 5 Hygiène, Santé et Sécurité au travail

Il n'y a ni bonnes ni mauvaises façons de répondre à cette activité d'autoévaluation. Nous voulons juste recueillir vos manières de penser et de faire pour nous aider à mieux dérouler ce qui va suivre. Ceci servira également à votre usage personnel lors de ce cours. Le professeur/la professeure va lire une compétence énumérée dans la colonne de gauche.

Lisez les choix dans la partie supérieure. En pensant à vous-même, dites quel point représente le mieux votre situation en cochant la case correspondante dans chaque colonne. À la fin de ce module, nous répéterons cette évaluation.

Mon expérience	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Connaissances, compétences et capacités	Je n'ai aucune connaissance à ce sujet	J'ai peu de connaissances à ce sujet	J'ai quelques connaissances à ce sujet pour parfois le faire correctement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire régulièrement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire correctement et de façon consistante
Prendre soin de ma santé.					
Prévenir les maladies par l'application des mesures d'hygiène et d'assainissement appropriées					

Mon expérience	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Connaissances, compétences et capacités	Je n'ai aucune connaissance à ce sujet	J'ai peu de connaissances à ce sujet	J'ai quelques connaissances à ce sujet pour parfois le faire correctement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire régulièrement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire correctement et de façon consistante
Identifier les risques potentiels (choses qui peuvent causer des dommages) en milieu de travail.					
Prévenir les accidents les plus fréquents en milieu de travail.					
Savoir comment réagir en cas de danger imminent					
Savoir comment réagir en cas de situation d'urgence					
Être au courant des lois sur la santé et la sécurité dans le milieu de travail					

Séance 1 : Santé et bonnes pratiques d'hygiène

✂ Sujets-clés ✂

- Habitudes saines ;
- Hygiène et assainissement en milieu de travail :
 - Hygiène personnelle ;
 - Hygiène alimentaire ;
 - Eau potable et
 - Toilettes propres.

5.1: Mes habitudes de vie

Évaluez vos habitudes de vies :

HABITUDES DE VIE	Toujours	Quelquefois	Jamais
1. Je me repose suffisamment.			
2. J'essaie d'avoir une alimentation équilibrée.			
3. J'évite le tabac et l'alcool.			
4. Je fais du sport.			
5. J'essaie d'être propre et de garder mon environnement propre.			
6. Je prends des précautions contre le paludisme.			
7. Je porte un casque quand je suis sur une moto.			
8. Je soigne rapidement mes blessures et maladies mineures.			

9. J'essaie d'avoir de bonnes relations avec les autres.			
10. J'évite les commérages sur les autres.			
11. J'aime voir les autres réussir.			
12. J'évite d'avoir une image négative de moi-même.			
13. Je fais de mon mieux pour bien paraître.			
14. Je suis optimiste à propos du futur.			

Séance 2 : Risques et sécurité dans le milieu du travail

🔑 Sujets-clés 🔑

- Types de risques ;
- Les risques sur les lieux de travail ;
- Identification des risques ;
- Symboles de risque ;
- Gestion de risques.

5.7: Scènes de risques et solutions



Fanta a 19 ans. Elle lave la vaisselle dans une cuisine de restaurant. Pour nettoyer les casseroles, elle les trempe dans une solution chimique puissante. Elle utilise des gants pour protéger ses mains et ses bras. Un jour, Fanta soulève trois grandes casseroles de l'évier en même temps. Celles-ci glissent de ses mains et retombent dans l'évier. La solution lui éclabousse tout le visage et entre dans son œil droit. Elle ne pourra pas voir de cet œil pendant deux semaines.

Quelles solutions pouvez-vous proposer pour que cette situation ne se reproduise plus ?



Mbaye travaille dans les champs en pulvérisant des pesticides sur les cultures. Après quelques jours de pulvérisation, Mbaye devient très malade. Ses yeux brûlent, sa poitrine lui fait mal ; il a des problèmes de respiration et il a des vertiges. Ses amis l'amènent à la clinique, mais une semaine plus tard, il a encore des douleurs à la poitrine et des difficultés respiratoires.

Quelles solutions pouvez-vous proposer pour que cette situation ne se reproduise plus ?



Mamadou aide à décharger un gros camion qui approvisionne du ciment dans une zone locale. Le patron veut que l'on décharge le camion très rapidement. Au moment où Mamadou prend un sac gros et lourd, il glisse et tombe. Il essaye de garder son équilibre pour ne pas lâcher le sac. Il sent alors une très forte douleur dans la partie inférieure de son dos, mais il continue à travailler parce qu'il ne veut pas montrer qu'il souffre. Le lendemain, il ne revient pas travailler, il souffre trop. Il perd 5 jours de travail et son dos lui fait encore mal.

Quelles solutions pouvez-vous proposer pour que cette situation ne se reproduise plus ?



Alioune a 20 ans. Il est fier d'avoir trouvé un emploi comme serveur dans le restaurant d'un hôtel. Un jour, il glisse dans les escaliers alors qu'il porte un bol de soupe. Il essaie de ne pas tomber, mais en vain. Il se brûle le bras et brûle le dos d'un client. Il se blesse également au dos en tombant dans les escaliers.

Quelles solutions pouvez-vous proposer pour qu'une telle situation ne se reproduise plus?



Moussa travaille pour une société qui construit de grands immeubles à bureaux. Un jour, il arrive en retard et constate que les autres employé(e)s sont déjà sur le toit. Avec ses provisions sur le dos, il monte immédiatement l'échelle pour éviter d'avoir des ennuis à cause de son retard. Pendant qu'il monte à toute vitesse, il glisse et tombe. Il survit, mais se fracture plusieurs os et il passe trois mois dans le plâtre.

Quelles solutions pouvez-vous proposer pour que cette situation ne se reproduise plus?

Autoévaluation :

Module 5 Hygiène, Santé et Sécurité au travail

Il n'y a ni bonnes ni mauvaises façons de répondre à cette activité d'autoévaluation. Nous voulons juste recueillir vos manières de penser et de faire pour nous aider à mieux dérouler ce qui va suivre. Ceci servira également à votre usage personnel lors de ce cours. Le formateur/la formatrice va lire une compétence énumérée dans la colonne de gauche.

Lisez les choix dans la partie supérieure. En pensant à vous-même, dites quel point représente le mieux votre situation en cochant la case correspondante dans chaque colonne.

Mon expérience	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Connaissances, compétences et capacités	Je n'ai aucune connaissance à ce sujet	J'ai peu de connaissances à ce sujet	J'ai quelques connaissances à ce sujet pour parfois le faire correctement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire régulièrement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire correctement et de façon consistante
Prendre soin de ma santé.					
Prévenir les maladies par l'application des mesures d'hygiène et d'assainissement appropriées					
Identifier les risques potentiels (choses qui peuvent causer des dommages) en milieu de travail.					
Prévenir les accidents les plus fréquents en milieu de travail.					

Mon expérience	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
Connaissances, compétences et capacités	Je n'ai aucune connaissance à ce sujet	J'ai peu de connaissances à ce sujet	J'ai quelques connaissances à ce sujet pour parfois le faire correctement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire régulièrement	J'ai beaucoup de connaissances à ce sujet et je peux le faire correctement et de façon consistante
Savoir comment réagir en cas de danger imminent					
Savoir comment réagir en cas de situation d'urgence					
Être au courant des lois sur la santé et la sécurité dans le milieu de travail					