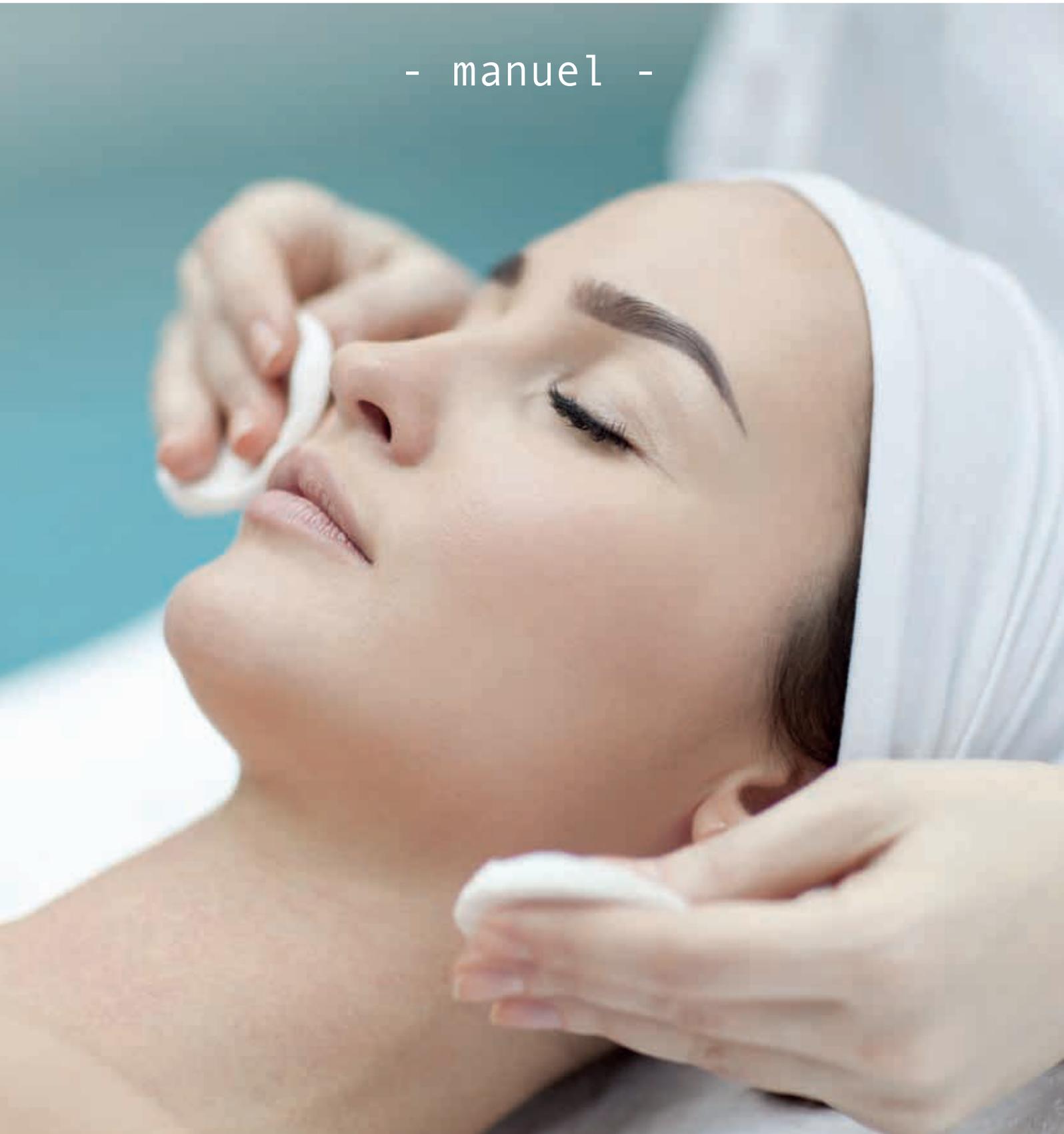


RISK *TRAINER*

POUR L'ESTHÉTIICIEN

- manuel -



Copyright © 2016 UNEB

Tous droits réservés. Il est interdit, sauf accord préalable et écrit de l'éditeur, de reproduire totalement ou partiellement la présente publication, de la stocker dans une banque de données ou de la communiquer au public, sous quelque forme ou de quelque façon que ce soit, par voie électronique, mécanique ou par impression, enregistrement, ou de quelque autre façon.

UNEB

53, boulevard de Waterloo - 1000 BRUXELLES
02 / 513 09 52 - administration@uneb-nube.be - www.uneb-nube.be

Rédaction

Anne Bertrand

Mise en page

Mangrove Productions

Dans le présent document, les termes employés pour désigner des personnes sont pris au sens générique ; ils sont à la fois valeur d'un féminin et d'un masculin.



RISK*TRAINER*

POUR L'ESTHÉTIICIEN





INTRODUCTION.....	6
LES DOMAINES DE LA LOI RELATIVE AU BIEN-ÊTRE.....	10
1. SÉCURITÉ AU TRAVAIL	11
2. PROTECTION DE LA SANTÉ.....	16
3. HYGIÈNE.....	30
4. ERGONOMIE.....	39
5. BIEN-ÊTRE PSYCHOSOCIAL	46
6. ENVIRONNEMENT	54
7. EMBELLISSEMENT DES LIEUX DE TRAVAIL	63
CONCLUSION / LIENS UTILES	66
SOURCES	67
REMERCIEMENTS.....	69

INTRODUCTIONS

OBLIGATIONS LÉGALES

La loi relative au bien-être du 4 août 1996 constitue la loi de base pour toutes les dispositions concernant la protection de la sécurité et de la santé des collaborateurs lors de l'exécution de leur travail. Les mesures d'exécution de la loi relative au bien-être sont réunies dans le code. Les prescriptions avancent des objectifs à atteindre à défaut de dresser l'inventaire des moyens. La réglementation sur le bien-être offre donc une certaine liberté de choix : par le biais d'une évaluation des risques (analyse des risques) une entreprise détecte les risques qui lui sont propres et applique elle-même les mesures qui s'imposent. Bien sûr des balises sont dressées.

L'arrêté royal du 27 mars 1998 relatif à la politique du bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail, comporte la transposition en droit belge de la directive-cadre européenne 89/391/CEE concernant la mise en œuvre de mesures visant à promouvoir l'amélioration de la sécurité, de la santé et du bien-être des travailleurs au travail. Toute entreprise, et par conséquent l'institut de beauté lui aussi, doit se soumettre à une série de dispositions légales relatives à la prévention et à la protection au travail comme

- procéder à une analyse des risques. Elle est importante pour la protection du collaborateur/stagiaire. Cette analyse détermine si un examen médical sur avis du conseiller en prévention est exigé. La situation diffère d'un institut à l'autre et la nature du/des service(s) va évidemment déterminer si un examen médical est oui ou non exigé
- s'affilier à un Service externe pour la Prévention et la Protection au Travail (SEPPPT). Ces services aident les entreprises à développer la politique du bien-être imposée par la loi
- créer un Service interne pour la Prévention et la Protection au Travail (SIPPT). Dans une entreprise occupant moins de 20 travailleurs, le 'conseiller en prévention' peut être un collaborateur engagé sous contrat de travail ou l'employeur même
- implémenter et développer une gestion dynamique des risques
- permettre la participation des travailleurs pour les sujets qui ont trait au bien-être au travail. Le secteur compte surtout des entreprises de petite taille, où il n'y a d'ordinaire pas de Comité pour la Prévention et la Protection au Travail (CPPT) ni de délégation syndicale. Dans ce cas, les collaborateurs peuvent être consultés directement et donner leur avis



**À LONG TERME,
LA PRÉVENTION
RENFORCE LA
POSITION DE
L'INSTITUT DE
BEAUTÉ**

UNE RESPONSABILITÉ POUR TOUS

Les autorités imposent certaines obligations qui ont leur utilité pour l'entreprise. En effet, investir dans la prévention et le bien-être est profitable à l'institut à long terme et ce, à différents niveaux, comme la compétitivité, la satisfaction du client, la gestion des coûts et la qualité de l'environnement de travail.

pièce du puzzle que forme la situation de travail réelle. Communiquer et échanger des points de vue permet de recouper toutes les informations pour développer une vue d'ensemble de la situation. Sur la base de ce constat, des actions peuvent être entreprises pour réduire les risques au sein de l'institut.

La prévention

Faire de la prévention, c'est prévenir les risques en agissant en amont, en prenant des décisions et en mettant en pratique des mesures. Sachant qu'une prévention totale est pratiquement impossible, il importera de réduire les risques autant que possible.

Sous la devise *'Les collaborateurs sont des clients internes'* Rosa investit depuis des années dans la prévention. Elle veille avec beaucoup de conviction sur la santé et la sécurité des esthéticiens en service. Ses efforts ont porté leurs fruits : depuis l'ouverture de l'institut, aucun collaborateur n'a été licencié.

La prévention

- permet de prévenir les accidents, les maladies et l'absentéisme au sein de l'entreprise, réduisant ainsi le risque pour l'employeur de perdre des clients et de finalement ne plus compter sur le marché du travail
- a une influence positive sur l'image de l'institut et sur l'ambiance de travail. Cela n'échappera pas aux clients
- entraîne également une réduction des coûts en cas d'accidents, des primes d'assurances meilleur marché, moins de rotation du personnel et moins d'absences pour cause de maladie
- est nécessaire d'un point de vue humain

Dans l'institut, l'employeur, le collaborateur, le stagiaire, le conseiller en prévention interne et externe sont associés à la prévention. Ils ont chacun leur part de responsabilité. Chaque catégorie professionnelle dispose de sa propre information qui peut être considérée comme une

Mesures de prévention

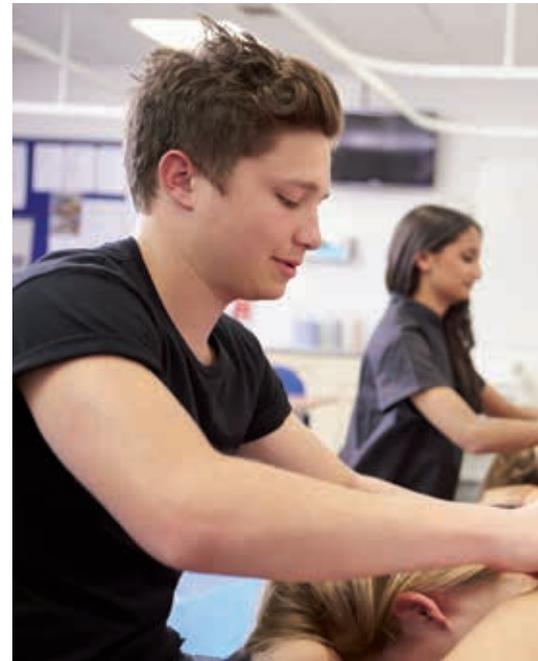
Les mesures de prévention sont intégrées dans un plan global de prévention et un plan d'action annuel. Il est important de protéger les travailleurs et les clients contre d'éventuels risques et problèmes en prenant des mesures préventives adéquates.

RÈGLEMENT DE TRAVAIL

La rédaction d'un règlement de travail (règlement d'ordre intérieur) permet d'introduire des conventions claires, écrites à respecter au sein de l'institut de beauté. Il peut en outre être utilisé pour renseigner rapidement un collaborateur/stagiaire. Il convient de rédiger le règlement de travail en concertation avec les collaborateurs. Le règlement doit être réellement appliqué et tous les collaborateurs doivent se tenir aux accords convenus. En effet, il s'agit bien d'une obligation légale pour le collaborateur.

Le règlement porte sur plusieurs thèmes :

- horaire de travail : temps de travail et de repos (pauses)
- durée de travail hebdomadaire moyenne
- règlement des congés
- législation en matière de bien-être psychosocial
- désignation du/des responsable(s) en matière de santé et de sécurité
- responsable des premiers secours et endroit où se situe la boîte de secours
- code de conduite : conduite et attitude souhaitées de la part du collaborateur envers le client, les collègues et le responsable hiérarchique
- dispositions concernant la non-discrimination
- mesures relatives à la santé, la sécurité et l'hygiène au travail comme
 - l'ergonomie : adopter une bonne posture de travail, régler correctement sa chaise, la table de massage, etc.
 - ce qu'il y a lieu de faire en cas d'incendie et d'urgence, de vol ou de cambriolage, d'accident du travail, de maladie et de problèmes de santé, de grossesse (protection de la maternité)
 - le Service externe pour la Prévention et la Protection au Travail et la surveillance de la santé
 - comment gérer des comportements indésirables, la pression au travail, les conflits, ...
 - la désinfection du matériel
 - l'entretien de l'institut de beauté
 - les repas au travail (où, quand)
 - fumer pendant le travail (interdiction, où, quand)
 - l'interdiction de consommer de la drogue, de l'alcool
 - les vêtements et chaussures de travail
 - l'interdiction de porter des bijoux aux mains et aux poignets pendant le travail
 - l'utilisation d'équipement de protection individuelle et le port de gants (pourquoi, quand, comment)
 - le soin des mains (pourquoi, où, quand, comment)
 - la gestion des déchets
 - les formations et cours dans le domaine professionnel concerné ou un autre domaine comme les formations au secourisme



GESTION DES RISQUES

L'amélioration et l'optimalisation de la sécurité et de la santé de tout un chacun sont une préoccupation majeure ou du moins, elles devraient l'être. Cette préoccupation englobe tous les aspects de la vie quotidienne et donc également du lieu de travail. L'employeur est responsable de la gestion des risques au sein de son entreprise, il détermine les moyens à mettre en œuvre et la façon dont il va appliquer cette 'politique de prévention'. Il peut aussi déterminer les compétences et la responsabilité de la personne chargée de la mise en œuvre de cette politique. Cette politique constitue le fil rouge à travers tous les niveaux de gestion de son entreprise.

Outils

Pour développer une bonne gestion des risques au sein de son entreprise, la stratégie SOBANE peut s'avérer efficace. Les différents niveaux guident l'employeur à travers la procédure : le Screening, l'OBServation, l'ANalyse et l'EXpertise. Ainsi, il est possible d'utiliser à bon escient les moyens nécessaires, tenant compte de la complexité que présentent certains problèmes. Le guide DEPARIS est un outil pratique pour dépister les risques. La brochure décrit les principes de base de la stratégie et peut être d'une bonne aide (www.emploi.belgique.be/publications/guide_de_concertation_Deparis). Certains secteurs disposent de leur propre brochure, comme le secteur du nettoyage et le secteur de la coiffure.



Analyse des risques

La loi relative au bien-être oblige chaque entreprise à développer sa propre gestion des risques. Ceci implique que l'employeur procède à l'analyse des risques afin d'identifier les dangers et les facteurs à risque existants dans l'institut. L'analyse démontre alors quels points d'attention spécifiques devront être traités. L'employeur prend les mesures adéquates afin d'éviter qu'un événement ne se produise ou pour réduire le risque que cela se produise. Vous trouverez des modèles d'analyse et de fiche de poste de travail sur http://www.safestart.be/fr/rights_duty/apprentice/document/Coprant?set_language=fr : sélectionnez le modèle B.

Les notions de 'danger' et de 'risque' sont parfois confondues mais les deux reflètent bel et bien une réalité différente.

DANGER

Un danger est une caractéristique intrinsèque d'un objet, d'une matière ou d'une situation qui peut entraîner un préjudice, un dommage ou une lésion (p. ex. des nuisances sonores, un produit chimique).

RISQUE

Un risque est la probabilité qu'un préjudice, un dommage ou une lésion survienne. Le risque peut être faible ou élevé (p. ex. développer une surdité, faire une allergie). La prévention consiste à prévenir et limiter le risque (bouchons d'oreille, gants).

FACTEUR DE RISQUE

Un facteur de risque représente la mesure dans laquelle la probabilité que survienne un préjudice, un dommage ou une lésion augmente ou diminue. Manipuler des cosmétiques sans prendre des mesures de précaution (ne pas porter de gants) augmente le risque de développer un eczéma d'irritation aux mains.

Un facteur de risque comporte des aspects collectifs et individuels :

- aspects collectifs : p. ex. lorsqu'on fait un massage et on ne varie pas suffisamment les tâches, le risque de santé peut augmenter. Le risque encouru dépend de la durée et de la fréquence de la tâche
- aspects individuels : p. ex. approfondir ses connaissances en ergonomie pour chaque type de massage peut réduire le risque. Lorsque l'esthéticien adopte une posture adéquate lors d'un massage, il réduit le risque de troubles musculosquelettiques (TMS). C'est ce qu'on appelle faire de la prévention

Une responsabilité partagée

Pendant l'analyse des risques, l'employeur établit une liste des risques qui peuvent se présenter sur le lieu de travail, il prend les mesures qui s'imposent, informe le collaborateur et veille au respect des mesures. Le collaborateur est au courant des risques, tient compte des mesures et les respecte. P. ex. il utilise les appareils et le matériel comme il se doit, il utilise les équipements de protection mis à disposition.

Fiche de poste de travail

Avant le début du stage, l'employeur qui occupe un stagiaire va procurer à l'élève et à l'établissement scolaire l'analyse des risques de l'institut avec un document, la fiche de poste de travail, qui contient les éléments suivants :

- une description du poste de travail ou de l'activité qui requiert une surveillance de la santé adaptée
- toutes les mesures de prévention à mettre en pratique
- la nature du risque qui requiert une surveillance de la santé spécifique
- les obligations que l'élève doit respecter sur le lieu de travail relatives aux risques propres au poste de travail ou à l'activité
- le cas échéant, la formation adaptée en vue de la mise en pratique des mesures de prévention

Il va de soi que si l'analyse des risques précitée révèle qu'une surveillance de la santé est nécessaire, l'employeur y veillera. A cet effet, l'employeur peut faire appel à son Service interne ou externe pour la Prévention et la Protection au Travail. Il peut aussi s'en remettre au Service externe pour la Prévention et la Protection de l'établissement scolaire ou du centre.

Pour plus d'informations :

Exemple d'analyse des risques et de fiche de poste de travail sur http://www.safestart.be/fr/rights_duty/apprentice/document/Coprant?set_language=fr

A close-up photograph of a woman lying down, her face tilted upwards. A large, circular medical light fixture is positioned above her head, casting a soft glow. The light fixture has a white outer ring and a central lens that reflects a greenish-blue light. The woman's eyes are closed, and her expression is calm. The background is a plain, light-colored wall.

LES DOMAINES
DE LA *LOI*
RELATIVE
AU BIEN-ÊTRE

1. SÉCURITÉ AU TRAVAIL

LA SÉCURITÉ AU TRAVAIL PERMET D'ÉVITER UN DOMMAGE SUR LE LIEU DE TRAVAIL. CE DOMMAGE PEUT ÊTRE HUMAIN, MATÉRIEL OU ORGANISATIONNEL ET SE MANIFESTE SOUDAINEMENT ET DE FAÇON IMPRÉVUE, COMME UN ACCIDENT OU UN INCIDENT. IL ARRIVE QUE DES ACCIDENTS DU TRAVAIL SE PRODUISENT SUR LE LIEU DE TRAVAIL. CHAQUE ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL PRÉSENTE DES RISQUES ET ILS DIFFÈRENT D'UN SECTEUR À L'AUTRE. L'ANALYSE DES RISQUES INDIQUE SI LES POSTES DE TRAVAIL, LES ACTIVITÉS ET LES PRODUITS SONT SURS.

ACCIDENTS DU TRAVAIL

Un accident du travail est un événement soudain qui provoque une lésion et qui se produit pendant et par le fait de l'exécution d'un contrat de travail.

Accident avec lésion

La lésion peut être corporelle ou psychique. Il peut s'agir également d'un accident causant des dégâts à des prothèses ou des appareils orthopédiques (p. ex. un appareil auditif).

Événement soudain

En cas d'accident du travail, la lésion survient suite à un événement soudain et non en raison d'une détérioration lente de l'état de santé. Dans ce dernier cas, on parle d'une maladie (professionnelle).



▲
Il y a suffisamment de lumière ciblée pour être en mesure d'exécuter son travail comme il se doit.

Lien avec le travail

Il s'agit d'un accident survenu au moment où le collaborateur était sous l'autorité de son employeur (pendant l'exécution du travail, où que ce soit). Un accident sur le chemin normal du travail est également considéré comme un accident du travail.

RISQUES

Facteurs environnementaux

Il est bien de disposer de lumière naturelle sur le lieu de travail. Une lumière artificielle sera toutefois souvent requise pour obtenir une répartition homogène de la lumière. L'intensité lumineuse souhaitée dépend du type de travail exécuté. Les réflexions gênantes, les contrastes lumineux trop importants et les ombres gênantes entraînent des irritations et encouragent des postures de travail inadaptées. Il est surtout question de créer une atmosphère détendue sans perdre en efficacité. Beaucoup de lumière est peut-être moins agréable mais augmente le confort de travail tout autant que la qualité du travail.

Sur le lieu de travail une lumière suffisante et homogène est nécessaire. Un espace avec des lampes TL est utile pour bien distinguer les couleurs. Les ouvertures peuvent être garnies de rideaux, de stores ou de dispositifs de protection solaire afin d'éviter les aveuglements ou les réverbérations (réflexions).



Installations et appareils électriques

L'électricité présente dans l'institut forme un risque potentiel auquel les collaborateurs peuvent être exposés, tel que l'utilisation fréquente et simultanée d'appareils (vaporisateur facial à ozone, fraiseuse à ongles, stérilisateur) et d'installations (banc solaire, sauna, ...).

Incendie ou explosion

Un incendie se déclare souvent suite à une faute humaine, une mauvaise manipulation ou une négligence. Stocker et manipuler des cosmétiques augmentent le risque d'incendie ou d'explosion. Différentes situations dans l'institut de beauté peuvent en être à l'origine :

- la surcharge ou un court-circuit du réseau d'électricité
- les appareils électriques (court-circuit, surchauffe)
- une fuite de gaz
- des décorations fabriquées à partir de produits inflammables (p. ex. des décorations de Noël)
- des appareils de chauffage
- des produits cosmétiques (qui sont plus ou moins inflammables)
- l'utilisation d'aérosols (danger d'explosion)
- fumer dans l'institut de beauté ou dans les espaces de stockage

Glisser, trébucher et tomber

Glisser (p. ex. sur un sol humide) est une des causes principales d'accidents dans les instituts. L'esthéticien ou le client peuvent trébucher ou tomber à cause des inégalités au sol, des différences de niveau, des marches et des rallonges.

MESURES DE PRÉVENTION

Pour éviter tout problème, il est recommandé que l'esthéticien intervienne en amont, en prenant des initiatives susceptibles d'anticiper les facteurs de risque. Il est recommandé d'intervenir dès les premiers signes d'apparition.

Installations et appareils électriques

Les installations électriques sont soumises à des réglementations et des contrôles stricts. Le Règlement général sur les Installations électriques (RGIE) stipule les conditions auxquelles les câbles et appareils doivent répondre. Les symboles apposés sur les appareils électriques informent le consommateur sur la sécurité et les caractéristiques électrotechniques de l'appareil.

UN PROBLÈME ÉLECTRIQUE EST IMMÉDIATEMENT REPORTÉ AU RESPONSABLE OU À L'EMPLOYEUR

SYMBOLES



La marque CEBEC certifie la conformité aux normes internationales de sécurité et de qualité les plus rigoureuses et garantit la qualité du processus de production de l'appareil. Ce symbole est apprécié du consommateur qui attache une importance à la sécurité et il est loué par les installateurs qui veulent s'assurer que le matériel réponde tant aux normes européennes qu'internationales.



La marque CEBEC certifie la conformité aux normes internationales de sécurité et de qualité les plus rigoureuses et garantit la qualité du processus de production de l'appareil. Ce symbole est apprécié du consommateur qui attache une importance à la sécurité et loué par les installateurs qui veulent s'assurer que le matériel réponde tant aux normes européennes qu'internationales.



À l'aide de ce symbole, le producteur déclare que ce produit répond à la législation européenne (Conformité européenne).

Les symboles suivants sont fréquemment utilisés :

V	tension	Hz	fréquence
A	ampérage	Ω	résistance
	courant alternatif		haute tension
	courant continu		masse
W	puissance		



Mesures de prévention

A. TRAVAILLER DANS UN ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL SÛR

Dans le coffret de distribution de l'institut, un interrupteur différentiel est prévu afin d'éviter l'électrocution et l'incendie en cas de fuites de courant. L'installation électrique (coffret de distribution, fusibles, prises, interrupteurs, etc.) est contrôlée tous les 5 ans par un Service externe pour les Contrôles techniques (SETC). Il est préférable de faire réparer les appareils et le matériel électriques défectueux par un technicien. Lors de l'achat de l'appareil, il est conseillé de faire attention aux exigences auxquelles l'appareil doit répondre et de suivre scrupuleusement les étapes de mise en service.

Les appareils électriques sont équipés d'une double isolation (double carré) et d'une terre de sécurité : la terre d'une installation ou d'un appareil réduit le risque de tension. La terre est constituée d'un câble vert et jaune et part de la prise ou du point de raccordement par une 'barrette de terre' dans le coffret électrique vers un piquet de terre. Il y a suffisamment de prises, de préférence des prises de sol. Les rallonges électriques sont à éviter. Si plusieurs branchements sont nécessaires dans une prise, il est préférable d'utiliser une boîte de dérivation munie d'un câble d'alimentation qui résiste à une forte tension. Les câbles électriques n'encombrent pas le lieu de travail et sont éloignés de sources de chaleur ou d'eau. Les appareils électriques sont stockés dans un endroit sec et réparés dès qu'ils sont défectueux, parce qu'utiliser un appareil défectueux peut causer un incendie.



B. TRAVAILLER DE FAÇON SÉCURISÉE AVEC DES APPAREILS ÉLECTRIQUES

Le matériel électrique ne peut être touché avec des mains humides et l'appareil doit être éteint avant de le ranger. L'interrupteur est mis sur la position « éteint » avant de mettre la fiche dans la prise électrique. Le matériel électrique est en bon état (vaporisateur facial à ozone, fraiseuse), est régulièrement contrôlé quant à la sécurité (au moins tous les ans) et ni le câble ni la fiche ne présentent de dommages.

Incendie ou explosion

Les installations de gaz et d'eau sont régulièrement contrôlées par un technicien agréé. Suite à chaque contrôle/évaluation de la conformité, l'employeur reçoit les formulaires nécessaires comme preuve de l'exécution du travail.

L'institut est équipé d'un nombre suffisant d'extincteurs

Il est recommandé de demander un avis externe (des pompiers) sur le nombre et le type d'extincteurs à prévoir et sur l'endroit idéal pour les installer. Un contrôle annuel est obligatoire : la date de la dernière vérification est indiquée sur l'appareil. Afin d'éviter des dégâts au matériel et aux meubles par la mousse ou la poudre, il est conseillé de prévoir un extincteur à CO₂ (voir l'étiquette).

L'extincteur

- . est en bon état (il ne présente pas de bosses ou autres dégâts extérieurs)
- . n'affiche pas de tâches de rouille et est scellé à l'aide d'une gâchette
- . est pourvu du label BENOR conformément aux normes NBN S21-011 à S21-018
- . est installé à un endroit bien visible et facilement accessible (pas derrière une porte)
- . ne s'utilise pas comme portemanteau
- . est accroché à une hauteur allant de 80 à 100 cm du sol, le levier n'est pas situé à une hauteur de plus de 140 cm

Glisser, trébucher et tomber

Lors de l'aménagement de l'institut, de petits changements peuvent déjà faire la différence. Un sol à surface lisse entraîne des risques de chute alors qu'un revêtement de sol légèrement granuleux ou inégal est en général plus sûr. La porte de l'institut s'ouvre en principe vers l'extérieur (de préférence pas une porte coulissante ou tourniquet). Afin d'éviter de trébucher, les prises électriques de sol sont prévues près du poste de travail et, s'il y a des différences de niveau, les marches sont rendues visibles par un marquage voyant. Le sol est bien éclairé, tout comme les couloirs et les espaces de stockage. Le matériel est stocké en toute sécurité et ne s'entasse pas dans un passage. Les escabeaux ou les échelles sont installés de façon sécurisée et sont stables. L'esthéticien ne porte pas de vêtements amples qui peuvent s'accrocher aux meubles ou aux appareils. Les chaussures répondent aux normes de sécurité. Lorsqu'on renverse un liquide, on le nettoie immédiatement.



En cas d'urgence, toutes les personnes présentes doivent être en mesure de quitter rapidement l'institut de beauté. C'est pourquoi il est important de libérer les couloirs, les escaliers et les sorties. La sortie de secours est clairement indiquée à l'aide d'un pictogramme et est facilement accessible ; la route d'évacuation fait au moins 80 cm de largeur.



PREMIERS SECOURS

Depuis le 1er janvier 2011, une nouvelle législation sur les premiers secours sur le lieu de travail est entrée en vigueur. La réglementation dresse le cadre pour l'organisation des premiers secours dans l'entreprise. Elle n'est pas trop détaillée afin que l'employeur ait la liberté d'organiser de façon optimale les premiers secours dans son entreprise. Des accidents peuvent se produire sur le lieu de travail. De légères coupures et brûlures peuvent se soigner sur place. Pour ce faire, il faut bien sûr disposer d'une boîte de secours. La loi oblige tout employeur à prévoir une boîte de secours complète sur le lieu de travail.

Mesures de prévention

Sur avis du conseiller en prévention-médecin du travail, l'employeur décide du matériel nécessaire et où il sera placé. Il constate le contenu de la boîte de secours et détermine s'il y a lieu de la compléter. Cela peut se faire lors de l'exécution de l'analyse des risques. L'endroit où se situe la boîte de secours et le nom du responsable des premiers secours seront indiqués dans le règlement de travail. La boîte de secours peut comporter le matériel suivant : gants à usage unique, désinfectant, compresses, sparadraps, pansements, bandage compressif stérile, pansements triangulaires, autres bandages, petite paire de ciseaux en inox, petite pince à écharde en inox, épingles de sûreté, liste des numéros de téléphone utiles, liste du contenu de la boîte et carnet d'instructions.

Les numéros de téléphone utiles sont affichés à un endroit bien visible, p. ex. dans le local où les collaborateurs prennent leurs pauses ou leurs repas.

- . Numéro d'appel d'urgence 112 (services d'incendie, équipe médicale ou police)
- . Centre Antipoisons 070 245 245
- . Croix-Rouge 105



Comment les premiers secours peuvent-ils faire la différence dans l'institut de beauté ?

Lorsqu'un accident se produit, les premiers secours peuvent être dispensés. Ayez le bon réflexe pour chaque type d'accident :

- produits nocifs dans l'œil : rincer longuement (15 min. ou plus) et abondamment avec de l'eau. Accompagner la victime chez le médecin
- contact d'un produit nocif avec la peau : si la peau est endommagée ou risque de l'être, rincer immédiatement, longuement (30 min.) et abondamment avec de l'eau. Si la peau n'est pas atteinte, elle peut être nettoyée avec beaucoup d'eau et de savon
- troubles suite à l'inhalation d'un produit : le patient doit respirer de l'air frais. Si les troubles persistent (toux, oppression), consulter immédiatement un médecin
- ingestion de produits nocifs : rincer la bouche avec de l'eau. Pour nettoyer l'oesophage et diluer le produit, le patient peut boire un verre d'eau. Éviter que le patient boive du lait ou vomisse. Un patient inconscient ne peut jamais boire. Accompagner le patient chez le médecin
- petites brûlures : faire couler en abondance de l'eau froide ou tiède sur la zone brûlée pendant 15 min. (ne pas immerger la zone dans un bassin). Si ce n'est pas possible, appliquer des linges propres humides sur la brûlure après le rinçage, soigner la blessure en y appliquant un pansement stérile, un linge propre ou une serviette. Il n'est pas interdit d'appliquer une pommade, à condition qu'il s'agisse d'une pommade spéciale contre les brûlures. N'utiliser en aucun cas de l'huile, du beurre ou un autre produit !

ASSURANCE ACCIDENTS DU TRAVAIL

La loi oblige chaque employeur à contracter une assurance contre les accidents du travail pour ses collaborateurs. Les collaborateurs sont assurés dès leur premier jour de travail. L'assurance permet de limiter au minimum les conséquences financières d'un accident du travail pour le collaborateur. Un salarié est assuré contre les accidents du travail et les accidents sur le chemin du travail.

Déclaration d'accident

Un accident du travail doit être déclaré à la compagnie d'assurance dans un délai de huit jours suivant le jour de l'accident. Il n'est pas possible de prendre une assurance avec effet rétroactif. Il s'agit d'accidents pendant lesquels le collaborateur encourt une lésion ou une détérioration de la santé dans l'institut de beauté ou sur le chemin du travail (déplacement domicile-travail).

Conseils

Il est conseillé de s'informer auprès de l'assureur quant à la rédaction de la déclaration d'accident. Les accidents du travail avec une incapacité de 4 jours ou plus doivent être examinés. Il est conseillé de prendre contact avec le Service externe pour la Prévention et la Protection au Travail pour de plus amples renseignements.

Pas assuré ?

Si l'employeur n'a pas contracté d'assurance, il est automatiquement affilié au Fonds des Accidents du Travail (FAT). En cas d'accident, l'employeur paie une amende et les frais de l'accident du travail lui incombent.



2. PROTECTION DE LA SANTÉ

LES PROBLÈMES DE SANTÉ SE MANIFESTENT SOUVENT À LONG TERME. LA PARTIE DE LA SCIENCE MÉDICALE QUI ÉTUDIE LA RELATION ENTRE LE TRAVAIL ET LA SANTÉ S'APPELLE LA MÉDECINE DU TRAVAIL. ELLE SE CENTRE PRINCIPALEMENT SUR LE COLLABORATEUR EN RELATION AVEC SON ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL. IL S'AGIT EN PREMIER LIEU D'UNE MÉDECINE DE PRÉVENTION.

SURVEILLANCE DE LA SANTÉ

La surveillance de la santé des collaborateurs est régie par la loi. Si les résultats de l'analyse des risques démontrent que des problèmes de santé peuvent survenir dans le cadre de l'exécution du travail, les collaborateurs devront se soumettre à une surveillance de la santé chaque année. La surveillance peut être espacée sur la base des résultats de l'analyse des risques.

Objectif

La surveillance de la santé vise principalement à préserver la santé des collaborateurs de l'institut en détectant et en prévenant les risques. Elle est réalisée grâce au respect de pratiques de prévention comme :

- informer les collaborateurs et les conseiller en matière de risques liés au travail
- détecter par anticipation les maladies professionnelles
- éviter que des collaborateurs aient à exécuter des tâches incompatibles avec leur état de santé
- éviter la propagation de maladies contagieuses au travail

Qui procède à la surveillance de la santé et où ?

La surveillance de la santé est effectuée par une équipe médicale composée d'un conseiller en prévention-médecin du travail du Service pour la Prévention et la Protection au Travail et d'un assistant. La surveillance de la santé consiste en un entretien, un examen clinique de l'état de santé général du collaborateur et d'éventuels tests supplémentaires. Elle a lieu dans l'entreprise ou dans un centre médical situé dans les environs de l'entreprise. Le médecin du travail examine si le collaborateur est physiquement et psychiquement apte à travailler, il étudie son état de santé et prodigue des conseils en cas d'éventuels troubles de la santé.

Quels collaborateurs doivent se soumettre à un examen médical ?

L'examen médical n'est pas obligatoire pour tous les collaborateurs. Ces quelques catégories y sont par contre soumises :

- les collaborateurs qui occupent un poste de sécurité (p. ex. les conducteurs de véhicules motorisées)
- les collaborateurs qui occupent un poste qui exige une vigilance accrue
- les collaborateurs qui exercent une activité à risque défini (comme les esthéticiens)

- les collaborateurs qui entrent en contact avec des denrées alimentaires non emballées
- les catégories spécifiques comme les stagiaires, les jeunes travailleurs, les esthéticiennes pendant leur grossesse

Types d'examens médicaux préventifs

Évaluation de santé préalable

Une consultation préalable à la mise à l'emploi (lors de l'engagement) : cet examen est obligatoire pour chaque collaborateur. Il s'agit de vérifier la présence d'éventuelles contre-indications pouvant faire obstacle au recrutement.

Évaluation de santé périodique

Un examen sur base régulière dans le cadre de la prévention ciblée.

Visite de pré-prise du travail

Après une absence d'au moins 4 semaines (maladie, accident, accouchement), le médecin du travail vérifie si un collaborateur est apte à reprendre le travail sans risques. Ces examens médicaux préventifs sont obligatoires pour les collaborateurs. Les SEPPT offrent également d'autres examens :

Consultation spontanée

Chaque collaborateur, qu'il soit ou non soumis à la surveillance de la santé, a le droit de demander une consultation auprès du conseiller en prévention-médecin du travail à propos de plaintes de santé qu'il impute aux conditions de travail.

Examen dans le cadre de la protection de la maternité

Un examen médical en cas de grossesse et d'allaitement.

Mesures de prévention dans le secteur

Le secteur (Fonds social de Sécurité d'Existence - FSE CP314) offre une intervention annuelle de 20 euros nets à chaque collaborateur pour une visite chez un dermatologue. En vue du remboursement, il convient de compléter un formulaire de demande (www.fse-cp314.be / *indemnités complémentaires*), auquel vous joignez une copie de l'attestation médicale délivrée par le dermatologue. Les documents sont à envoyer au FSE CP314.

MALADIES PROFESSIONNELLES

La loi belge définit une maladie professionnelle comme une maladie causée par un risque auquel la victime a été exposée durant sa carrière professionnelle pendant une longue période. Une maladie professionnelle peut figurer sur la liste des maladies professionnelles reconnues ou peut faire partie du système appelé « ouvert ». Dans ce cas, la victime doit prouver que la cause directe et déterminante de sa maladie est liée à son travail. La charge de la preuve incombe à la victime ou ses ayants droit. Une maladie professionnelle occasionne des problèmes de santé dus à une exposition de longue durée au risque, contrairement à un accident du travail qui est provoqué par un événement soudain.

Fonds des Maladies professionnelles (FMP)

Le système d'indemnisation des maladies professionnelles s'inscrit dans le système de sécurité sociale. L'assurance des maladies professionnelles est organisée par le Fonds des Maladies professionnelles qui détermine si une demande peut être indemnisée. C'est également ce fonds qui gère le paiement de ces indemnités. Dans le secteur des soins de beauté, les plaintes portent surtout sur :

- les affections cutanées provoquées dans le milieu professionnel par certaines substances
 - les maladies atteignant les tendons, les gaines tendineuses et les insertions musculaires et tendineuses des membres supérieurs dues à une hypersollicitation de ces structures par des mouvements nécessitant de la force et présentant un caractère répétitif, ou par des postures défavorables
 - l'atteinte de la fonction des nerfs due à la pression
- (Source : liste des maladies professionnelles - FMP)

Les chiffres officiels font mention de 12 cas dans notre secteur sur la période 2010-2014 (Source : service d'étude FMP mai 2015) : 9 affections cutanées, 2 affections des tendons et 1 atteinte de la fonction des nerfs. En réalité, les chiffres sont bien plus élevés : 5% du nombre total d'esthéticiens exerçant comme salariés ou indépendants sont confrontés à des soucis de santé mais continuent malgré tout leurs activités.

Indemnisation d'une maladie professionnelle

La personne victime d'une maladie professionnelle doit introduire une demande d'indemnisation auprès du Fonds pour les Maladies professionnelles (www.fmp-fbz.fgov.be) en complétant un formulaire rédigé à cet effet et en présentant une attestation médicale. Si l'affection est reconnue comme maladie professionnelle, les frais médicaux peuvent être remboursés. En cas d'incapacité de travail temporaire ou permanente, des indemnités peuvent être versées. Les maladies professionnelles engendrent souvent des absences pour cause de maladie (le collaborateur ne respecte pas son contrat de travail suite à une maladie) et de départs (le collaborateur ne souhaite plus travailler dans le secteur).



RISQUES POUR LA SANTÉ

Les voies d'exposition

Les agents chimiques présents dans les cosmétiques produisent des effets à l'endroit où ils entrent en contact avec le corps : la peau, la bouche, les yeux. Une fois qu'ils ont pénétré à l'intérieur de l'organisme, ils peuvent également produire des effets sur des organes internes tels que les poumons, le système nerveux, le cerveau, le foie, les reins, les testicules et le fœtus.

La peau

forme la barrière naturelle du corps humain. Dans certaines circonstances, la peau laisse toutefois passer différents produits dangereux comme les solvants.

Les produits irritants causent une réaction inflammatoire et endommagent la barrière de la peau (dermatite irritative ou eczéma irritatif), ce qui provoque une irritation visible de la peau, avec une sensation de tiraillement ou de picotement et, parfois, de légères démangeaisons.

La bouche

est la voie d'exposition qui accède au système digestif. Le produit est avalé et se retrouve dans l'estomac, puis dans les intestins. Il passera ensuite dans le sang, de la même manière que les aliments. Même si dans le cadre des activités professionnelles de l'esthéticien, il ne s'agit pas de la voie par laquelle les produits pénètrent le plus fréquemment dans l'organisme, il existe tout de même un faible risque. L'esthéticien peut ingérer des substances chimiques en transvasant un produit dans un autre récipient, en aspirant un produit à l'aide d'une pipette ou en portant ses mains à sa bouche pour fumer, manger ou se maquiller après avoir été en contact avec un produit.

Les yeux

peuvent être endommagés par des substances irritantes. Les symptômes incluent des larmolements et des rougeurs. Une irritation de ce type peut provoquer une infection oculaire.

Les voies respiratoires

constituent une voie d'exposition très fréquente chez l'esthéticien. Des sources de polluants atmosphériques diverses sont présentes dans l'institut. La quasi-totalité des produits contiennent des parfums. Les parfums contiennent des substances chimiques issues de l'industrie pétrochimique (éthanol, benzaldéhyde, acétone, ...). L'esthéticien peut rencontrer de nombreux problèmes suite à l'inhalation de vapeurs et de petites particules. Des particules nocives peuvent ainsi passer dans la circulation sanguine. Les muqueuses des voies respiratoires peuvent provoquer une réaction suite à un contact avec certaines substances irritantes telles que l'air humide, le froid, la poussière ou la fumée.



La toux constitue généralement un premier réflexe. L'inhalation de faibles quantités de particules d'ongles durant le fraisage peut produire un effet inflammatoire. Une inflammation chronique des voies respiratoires peut déboucher sur de l'asthme.

Les agents chimiques

À long terme, les agents chimiques peuvent provoquer des irritations et des allergies.

A. IRRITATION

Les substances nocives qui provoquent des réactions d'irritation sont appelées 'substances irritantes'.

Substances irritantes

Les détergents (utilisés pour se laver les mains et nettoyer le poste de travail et le matériel), les désinfectants, les huiles essentielles, la résine, les diluants et les solvants peuvent provoquer un eczéma irritatif et être nocifs pour la santé.

Symptômes

Les picotements constituent souvent le premier effet perceptible d'une réaction d'irritation. D'autres symptômes incluent des rougeurs, de fortes démangeaisons, un gonflement et une inflammation.

B. ALLERGIE

Une allergie est une réaction de notre système de défense (le système immunitaire) à des substances extérieures qui, en temps normal, ne déclenchent pas de réactions fortes de l'organisme. Dans le cas d'une allergie, on parle d'hypersensibilité à une substance donnée. Après un contact avec ladite substance, le corps peut réagir de manière excessive. La substance extérieure à l'organisme qui provoque une telle réaction excessive est appelée 'allergène'.

Dans l'institut de Julie, on remplit une fiche d'anamnèse (*) pour certains traitements (avec microtechniques) : le client peut indiquer sur ce formulaire toutes les informations potentiellement importantes pour un traitement, comme ses allergies et autres affections. Dans certains pays, cette fiche est complétée systématiquement. En Belgique, elle ne l'est que de façon sporadique à l'heure actuelle.

* L'anamnèse est ce qu'une personne peut dire au sujet de ses antécédents et des éléments pertinents relatifs à son état de santé.



ALLERGÈNES

Parmi les allergènes connus, citons les pollens de graminées et d'arbres (rhume des foins), les acariens, les substances qui se libèrent après un contact avec des animaux domestiques et de la nourriture. Une fois que ces substances ont pénétré dans l'organisme (par le nez, la bouche et/ou la peau), elles peuvent provoquer des problèmes d'allergie chez les personnes qui y sont sensibles.

Les allergènes peuvent être subdivisés en six catégories selon le mode de contact :

1. les allergènes d'inhalation (pollens de graminées et d'arbres ou acariens)
2. les aliments (lait de vache ou cacahuètes)
3. le venin d'insectes (piqûres de guêpes et d'abeilles)
4. les médicaments (antibiotiques)
5. les allergènes de contact (nickel, résine)
6. les allergènes professionnels (parfums présents dans les cosmétiques)

ALLERGÈNES PROFESSIONNELS DANS LES COSMÉTIQUES

Parfums

Les parfums constituent la principale cause d'allergie aux cosmétiques. Ce sont des matières volatiles et parfumées d'origine naturelle ou synthétique. Les parfums sont également présents, dans des concentrations diverses, dans les produits industriels tels que les produits d'entretien et de nettoyage. À titre d'exemple, la concentration est de 12 à 30% dans les parfums, de 1% dans le maquillage et de 0,5% dans les produits de soins pour la peau.

Conservateurs

Ces allergènes représentent la deuxième cause principale d'allergie de contact aux cosmétiques. Les produits qui contiennent de l'eau peuvent être contaminés par des bactéries et des champignons, qui altèrent le produit et en rendent l'utilisation impossible. Les conservateurs empêchent le développement de bactéries et de champignons, mais présentent aussi un potentiel de facteurs se trouvant à l'origine d'une hypersensibilité.

Les cosmétiques peuvent contenir, entre autres, les conservateurs suivants :

- Formaldéhyde : dans le gel lavant et comme durcisseur en stylisme ongulair
- Kathon CG : dans la crème pour la peau et la lotion corporelle. Sur la liste des ingrédients, c'est le nom officiel qui est mentionné : méthyl(chloro)isothiazolinone
- Euxyl K400 : constitue l'élément principal du conservateur appelé aujourd'hui 'dibromodicyanobutane'. Sur la liste des ingrédients, c'est le nom officiel qui est mentionné : méthyl-dibromoglutaronitrile

Huiles essentielles

Les huiles essentielles sont extraites de parties de plantes telles que la fleur, la racine, les fruits, les graines, les branches, les résines, ... par distillation ou par pression. Elles se trouvent dans le tissu de la plante, sous forme de gouttelettes parfumées situées dans des poches spéciales. Ces huiles sont utilisées en aromathérapie. Selon le type, elles sont antiseptiques, antivirales, anti-inflammatoires, relaxantes, stimulantes ou purifiantes. Les huiles essentielles sont volatiles et s'évaporent rapidement. Ces huiles sont utilisées pour parfumer les cosmétiques, les produits de nettoyage, les produits de lessive, les huiles de massage et les désodorisants. Un parfum utilisé en cosmétique comporte en moyenne 8% d'huile essentielle. Ces huiles sont aussi utilisées comme parfum dans les brûle-parfums, les nébuliseurs, les saunas et les bains de vapeur ainsi que dans les lampes aromatiques (mélangées avec un peu d'eau). Les huiles essentielles non coupées peuvent présenter des dangers.

Acrylates

Un styliste ongulair peut développer une réaction allergique de contact aux acrylates présents dans les ongles artificiels. Les acrylates appartiennent à la classe des plastiques et résines synthétiques. Ces substances ont pour base commune l'acide acrylique. L'allergie se déclenche par contact direct et par l'air ('allergie aéroportée'). Une dermatite aéroportée est une réaction allergique de la peau causée par un contact avec des substances



qui se trouvent dans l'air sous forme de vapeurs, de gouttes ou de particules. La plupart du temps, les parties du corps touchées sont celles qui ont été exposées à l'air, comme le visage, le décolleté, le dos de la main et l'avant-bras. Des acrylates peuvent être présents dans la colle utilisée pour allonger les cils existants par la pose de faux cils. Chaque faux cil est trempé dans la colle avant d'être collé au cil du client.

Bon à savoir

Un allergène peut provoquer plusieurs types de réactions. Ainsi, le formaldéhyde peut donner lieu à une réaction allergique de contact aéroportée mais aussi à une réaction d'irritation.

Autres

Des agents chimiques sont souvent présents dans les solvants, le primaire liquide, la poudre, le gel, le vernis à ongles, les produits destinés au nettoyage des pinceaux et les diluants pour vernis utilisés lors de manucures, de pédicures et de la pose d'ongles artificiels.



Réceptacle pour lames usagées (source : Districos)

ALLERGÈNES DE CONTACT

Métaux

Le nickel est un métal présent dans différents objets d'utilisation en acier inoxydable. On en trouve dans les instruments de manucure et de pédicure, les pinces, les pincettes, les ciseaux, ... Une réaction allergique peut survenir lors d'un contact de la peau avec un objet ou du matériel contenant du nickel. L'allergie au nickel est une allergie de contact qui apparaît lorsque la peau est en contact répété avec des produits contenant du nickel. Le système immunitaire devient alors hypersensible à cette substance et, à un certain moment, provoque une réaction allergique.

Colophane

La colophane est une substance végétale extraite de la résine de conifères. Sa composition chimique dépend de la provenance des arbres et du processus de traitement de la résine. On peut en trouver, entre autres, dans la cire, la crème dépilatoire, l'ombre à paupières, le mascara, l'eyeliner, le rouge à lèvres.

Les agents biologiques

Chez Marc, les lames sont conservées dans des récipients spéciaux. Le support est disposé dans le récipient avec la lame usagée. Une légère pression permet de détacher la lame, qui tombe ensuite dans le récipient sans qu'il ne faille la prendre en mains. C'est une méthode hygiénique et sans risque. *Voir photo en bas de la page.*

Les agents biologiques sont des micro-organismes qui, la plupart du temps, ne sont pas nocifs et présentent un risque limité pour la santé. Parfois, il arrive néanmoins que ce ne soit pas le cas, et les conséquences peuvent être graves : des problèmes de santé peuvent survenir, comme une maladie infectieuse, une allergie ou une intoxication. Les agents biologiques sont présents partout et, donc, aussi sur le lieu de travail : dans les produits et les appareils destinés à nettoyer le matériel (pincettes, pinces, coupe-ongles, ...); lorsqu'une même lime est utilisée sur plusieurs patients; une infection par le VIH ou par le virus de l'hépatite C suite à des coupures lors d'une manucure ou d'une pédicure.



PROBLÈMES DE SANTÉ

Affections cutanées

A. ECZÉMA – DERMATITE

Les mains sont à tout moment susceptibles de rentrer en contact avec des substances qui sont nocives pour la peau. Les instruments de travail sont également manipulés avec les mains. Les affections cutanées au niveau des mains sont souvent à l'origine de maladies professionnelles.

La dermatite ou eczéma est une inflammation de la peau. Il s'agit d'un terme générique qui désigne différentes affections cutanées. La peau réagit par des rougeurs, des desquamations, une sensation de chaleur, un gonflement, des boutons rouges, des vésicules, un suintement et des croûtes. Ces symptômes peuvent survenir en même temps ou se succéder. Certaines formes d'eczéma apparaissent à l'endroit où la peau entre en contact avec certains facteurs déclencheurs. On parle alors d'eczéma de contact.

Eczéma aigu

Une dermatite peut être aiguë. Les symptômes se manifestent subitement et se développent rapidement. Cette affection se caractérise par des tâches rouges qui démangent, à l'intérieur desquelles peuvent apparaître de petites vésicules purulentes.

Eczéma chronique (notamment eczéma professionnel)

Si l'eczéma persiste, la peau rougit, sèche, se desquame et perd de sa souplesse. D'autres infections peuvent apparaître. L'endroit irrité est enflammé et les symptômes subsistent plus longtemps. Parce qu'ils sont fréquemment en contact avec des produits de soins pour la peau et des cosmétiques et qu'ils se lavent régulièrement les mains, les esthéticiens peuvent développer un eczéma professionnel ou une dermatite professionnelle. Les principales causes de cette affection sont

les substances irritantes et les allergènes présents dans la plupart des cosmétiques. Dans la mesure du possible, il est conseillé d'éviter le contact direct avec des substances qui contiennent un allergène connu. L'employeur prévoit des mesures de prévention, dont le respect relève d'une responsabilité partagée.

Types d'eczéma de contact

Il existe deux types d'eczéma de contact. Les deux types peuvent se manifester en même temps mais ont des causes différentes.

Dermatite irritative ou eczéma irritatif (forme non allergique)

L'eczéma irritatif apparaît suite à une lésion de la peau causée par des facteurs mécaniques (p. ex. : frottements) ou chimiques : les détergents et les solvants sont des substances irritantes qui privent la peau de ses huiles naturelles et, à long terme, provoquent des dermatites professionnelles. L'inflammation qui apparaît à l'endroit de la lésion guérira et la peau se rétablira pour autant qu'elle ne continue pas à être irritée. Si les irritations perdurent, l'inflammation perdurera elle aussi. Les facteurs déclencheurs d'un eczéma irritatif de contact que l'on retrouve dans l'institut sont, entre autres, les lotions nettoyantes, les savons, l'eau (pH de la peau perturbé), un apport de chaleur excessif et les périodes (hivernales) de froid. Le travail humide est fréquent, ce qui peut entraîner la survenue d'un eczéma de contact (eczéma des mains). Le matériel est régulièrement rincé, les mains sont fréquemment lavées et le lieu de travail doit être propre et soigné. L'eau fait gonfler la peau, ce qui permet à des substances nocives d'y pénétrer. A l'intérieur de la peau, des substances sont libérées (les 'cytokines') et déclenchent une réaction inflammatoire qui détruit encore davantage la couche de protection naturelle de la peau. De plus, la peau se dessèche plus rapidement que d'habitude en raison de son gonflement.





Eczéma de contact ou dermatite de contact allergique (forme allergique)

Certains esthéticiens développent une réaction allergique après un contact direct avec des allergènes. Ce contact se fait généralement par les mains. Chez une personne sensible, des contacts répétés avec l'allergène peuvent provoquer une nouvelle inflammation. L'affection devient alors chronique.

B. FORMATION DE CALLOSITÉS

Une callosité est un épaissement de la peau causé par des frottements récurrents. Une masse cornée dure et jaunâtre apparaît sur la peau. Les personnes qui effectuent beaucoup de travail manuel, comme les esthéticiens, peuvent développer des callosités. Celles-ci apparaissent aussi suite à des pressions et/ou des frottements et à un changement de température.

C. MYCOSE DE L'ONGLE (ONYCHOPATHIE)

La mycose de l'ongle, également appelée 'onychomycose', est une infection fongique du lit unguéal et de l'ongle lui-même (main ou pied). Généralement, l'infection commence sur les bords de l'ongle, qui jaunissent ou brunissent. L'ongle s'épaissit et s'effrite, se déforme et peut se fendiller voire se décoller (ce qui est non seulement gênant mais aussi douloureux). Plusieurs types de champignons et de bactéries peuvent provoquer cette affection. L'infection est favorisée par l'utilisation de savon ou par le fait que la main reste humide trop longtemps. La mycose

de l'ongle est difficile à traiter ; un ongle pousse assez lentement et l'apport de sang y est très faible.

Différents facteurs peuvent favoriser la mycose de l'ongle :

- l'utilisation de savon, qui détruit la couche protectrice naturelle
- une peau humide due à des mains mal séchées
- une infection cutanée
- un ongle endommagé qui n'est pas bien traité
- une croissance perturbée de l'ongle

Voies respiratoires

Différentes sources de polluants atmosphériques sont présentes dans l'institut, comme :

- les sprays (solvants et gaz propulseurs)
- les solvants des lotions, gels, mousses, ...
- les parfums présents dans pratiquement tous les cosmétiques (substances chimiques nocives dans les aromatisants)
- l'évaporation d'huile dans les brûle-parfums, les nébuliseurs, les saunas et les bains de vapeur ainsi que dans les lampes aromatiques

L'utilisation répétée de vaporisateurs peut affecter les poumons (asthme). Certaines personnes peuvent souffrir de bronchite chronique, un état qui se caractérise par une toux persistante. Les affections des poumons et des voies respiratoires sont à l'origine de maladies professionnelles dans différents secteurs. En cas de problèmes respiratoires, il y a lieu de consulter un médecin. Les muqueuses du nez et des voies respiratoires peuvent être irritées, par exemple, par l'inhalation de petites particules (comme la kératine, notamment) lors d'une manucure, d'une pédicure ou de la pose d'ongles artificiels.

Cancer

De plus en plus d'études sont consacrées au lien entre certaines formes de cancer et les cosmétiques. Les conséquences du contact avec des substances cancérigènes ne se manifestent qu'à long terme. Il n'y a cependant pas suffisamment de preuves qui démontrent l'existence d'un risque de cancer plus élevé (lors de l'application de produits de soins pour la peau).

**IL EST RECOMMANDÉ
DE PRÉVOIR UN
BON SYSTÈME
D'ASPIRATION À LA
TABLE DE MANUCURE**



Infections

Les infections peuvent se transmettre par le contact avec les clients. Parfois, des poux et des puces peuvent provoquer des infections parasitaires. Les principales maladies transmissibles par le sang sont : l'hépatite B, l'hépatite C et le sida. La maladie du légionnaire (légionellose) constitue un problème spécifique mais, heureusement, assez rare (*).

Grossesse

Le travail peut présenter des risques pour la femme enceinte, l'enfant à naître et le nourrisson lors de l'allaitement. Il est important que la collaboratrice enceinte informe son employeur de sa grossesse dans les plus brefs délais (ne pas attendre 3 mois). Le fœtus est en effet le plus sensible durant les trois premiers mois de la grossesse et l'exposition à certains produits chimiques et à des situations infectieuses peut exercer une influence négative.

Protection de la maternité

La législation relative à la protection de la maternité impose à chaque employeur d'identifier et d'évaluer tous les risques pouvant être encourus par la collaboratrice enceinte. L'employeur est ensuite tenu d'élaborer des mesures pour éliminer ces risques ou pour les restreindre.

La législation sociale prévoit un congé de maternité et une indemnité de maternité. Les règles relatives aux conditions de travail prévoient entre autres que la maternité ne peut donner lieu à quelque forme de discrimination que ce soit ; qu'une protection contre le licenciement est d'application durant la grossesse ; que des dispositions spéciales interdisent les heures supplémentaires et le travail de nuit. Après avoir signalé sa grossesse, la collaboratrice enceinte peut toujours se rendre à la consultation 'protection de la maternité' organisée par le service externe de son employeur. Lors de cette consultation, le médecin du travail sera attentif à la situation individuelle de la collaboratrice et rendra un avis adapté en fonction de son état de santé.



Indemnité complémentaire dans le secteur

Le secteur prévoit une indemnité complémentaire pour les collaborateurs en incapacité de travail pendant une période prolongée. Cette possibilité existe aussi dans le cadre du repos de maternité. Dans le cas de la grossesse, le secteur prévoit l'octroi d'une indemnité complémentaire de 5 euros bruts par jour (pour une occupation à temps plein). Pour une occupation à temps partiel, le montant est adapté proportionnellement au nombre d'heures/semaine.

Pour plus d'informations :

Fonds de sécurité d'existence de la CP314
www.fse-cp314.be / indemnités complémentaires.

(*) La bactérie peut se propager par nébulisation via les circuits d'eau chaude, les robinets, les douches, les bains à bulles, l'air conditionné et les tours de refroidissement. L'aérosol ainsi formé peut se déposer dans les poumons. Les légionelles sont abondamment présentes dans l'eau, mais la transmission interhumaine n'a jamais été démontrée.

Les conditions qui favorisent la croissance des légionelles sont : l'eau stagnante (p. ex. : lorsque l'eau des appareils à vaporisation d'ozone ou des vaporisateurs n'est pas remplacée à temps), une température de l'eau comprise entre 20 et 50° C (la température optimale se situe entre 35 et 46° C), un taux d'acidité situé entre 5 et 8,5 et la présence de micro-organismes.

Beaucoup de circuits d'eau chaude ont une température d'environ 40° C. De nombreux systèmes sont donc susceptibles d'être contaminés par la bactérie. Les sources d'eau suivantes assurent des conditions optimales favorisant la croissance de la bactérie : les circuits d'eau et réservoirs dont la température est d'environ 40° C, les humidificateurs et les fontaines qui diffusent des aérosols et contiennent de l'eau d'une température plus élevée, les bains à bulles, les bains thérapeutiques (>35° C), l'eau stagnante. Lorsque la température de l'eau est inférieure à 20° C, la bactérie ne se multiplie pas mais elle arrive à survivre. L'eau dont la température dépasse 55° C tue la bactérie.

MESURES DE PRÉVENTION POUR LA SANTÉ



UNE SUBSTANCE DANGEREUSE EST UNE SUBSTANCE QUI POSSÈDE DES PROPRIÉTÉS DANGEREUSES. DANS CERTAINES CIRCONSTANCES, CES SUBSTANCES PEUVENT ENTRAÎNER UN RISQUE QUI, À SON TOUR, PEUT PROVOQUER UNE BLESSURE, UN DOMMAGE OU UN INCONVÉNIENT CHEZ UNE PERSONNE, SUR UNE INSTALLATION OU À L'ENVIRONNEMENT. LES SUBSTANCES DANGEREUSES SONT OMNIPRÉSENTES DANS LES ENTREPRISES. ELLES PEUVENT CONSTITUER UN DANGER RÉEL POUR LA SÉCURITÉ ET LA SANTÉ DU COLLABORATEUR. DES DIRECTIVES ET DES LOIS EUROPÉENNES ET BELGES IMPOSENT DES OBLIGATIONS AUX FABRICANTS, AUX IMPORTATEURS ET AUX FOURNISSEURS DE SUBSTANCES DANGEREUSES. LES LOIS CHANGENT, LES ÉTIQUETTES AUSSI.

Étiquetage des substances dangereuses

Il est important que l'esthéticien connaisse le contenu de l'emballage et les dangers éventuels liés à la manipulation de cosmétiques. On entend par là qu'il lise attentivement l'étiquette ou la notice et qu'il la comprenne. Normalement, chaque emballage est pourvu de l'étiquette requise. Celle-ci renseigne 3 éléments importants : les pictogrammes, les mentions de danger et les conseils de prudence.

SGH (Système général harmonisé) de l'UE

Le SGH européen renvoie aux règles mondiales en matière de classification des substances dangereuses. L'abréviation officielle utilisée pour désigner la classification et l'étiquetage est 'CLP' (classification, labelling and packaging).

CLP (Classification, labelling and packaging of dangerous products)

Pour garantir un haut niveau de protection de la santé de l'utilisateur et de l'environnement et pour assurer la libre circulation des substances et des mélanges, les critères relatifs à la classi-



fication de ces substances et mélanges ainsi que les prescriptions en matière d'étiquetage et d'emballage ont été harmonisés par le règlement CLP. Avant de commercialiser une substance ou un mélange dans un emballage, le fournisseur doit l'étiqueter conformément aux exigences prévues par le règlement CLP lorsqu'une substance est connue pour être dangereuse ou lorsqu'un mélange contient une ou plusieurs substances connues pour être dangereuses.

Les nouvelles exigences européennes en matière d'étiquetage des récipients et des emballages sont les suivantes :

- . les coordonnées des fournisseurs (nom, adresse, numéro de téléphone)
- . la quantité nominale du mélange
- . l'identification du produit
- . la mention d'avertissement pour souligner le degré du danger. Il existe deux mentions d'avertissement : 'danger' (substances et mélanges présentant le danger le plus élevé) et 'avertissement' (substances et mélanges présentant un danger moins élevé). Dans certains cas, aucune mention d'avertissement n'est requise pour une substance chimique dangereuse
- . les pictogrammes de danger qui indiquent visuellement le type de danger
- . la mention de danger ou *hazard statement*, p. ex. : H 223 Aérosol inflammable
- . les conseils de prudence ou *precautionary statement*, p. ex. : P262 éviter tout contact avec les yeux, la peau ou les vêtements
- . les informations additionnelles sur les dangers (phrases EUH), p. ex. : EUH 206 peut déclencher une réaction allergique

LES PICTOGRAMMES

Les pictogrammes suivants figurent sur de nombreuses étiquettes :



Fréquent sur les emballages de cosmétiques, ce pictogramme encourage l'utilisateur à lire attentivement la notice parce que l'emballage est tellement petit qu'il n'y a pas assez de place pour y mentionner les indications de contenu requises. Le pictogramme renvoie aux informations reprises dans un feuillet séparé.



La date de durabilité

indique combien de temps un produit peut être conservé et, donc, utilisé en toute sécurité, p. ex. : la mention '≤ 30 mois', précédée du pictogramme de sablier ou de la mention 'À utiliser de préférence avant fin ...' suivie de la date (mois, année ou jour, mois, année).



Le pictogramme PAO

(période après ouverture)

indique le nombre de mois de durabilité minimale, p. ex. : 12M (mois) après l'ouverture du pot du produit.

[Nano] Nano

Le suffixe 'Nano' est mentionné après le nom de l'ingrédient en question si la nanotechnologie a été appliquée, p. ex. : dioxyde de titane [Nano].

Une nanoparticule se définit comme un matériel dont les principaux constituants ont des dimensions comprises entre 1 et 100 milliardièmes de mètre. L'industrie utilise des nanoparticules dans les cosmétiques car cette application offre souvent des avantages considérables : elle améliore les propriétés de produits, p. ex. : le dioxyde de titane, un écran solaire. Cette technique réduit les particules d'oxyde de zinc et de dioxyde de titane (responsables de la réflexion des rayons solaires) à des dimensions tellement petites qu'elles ne laissent plus de voile blanc sur la peau.

Il y a du dioxyde de titane dans la crème de protection solaire, le maquillage, le dentifrice et même dans la nourriture. En mangeant des aliments tels que des chewing-gums, de la crème glacée et de la guimauve, nous ingurgitons chaque jour une quantité importante de dioxyde de titane.

LES PICTOGRAMMES DE DANGER

Les pictogrammes en forme de carrés orange ont été remplacés il y a plusieurs années par des pictogrammes en forme de losanges blancs à bords rouges. Les étiquettes ont été subdivisées en 3 classes. Les pictogrammes les plus fréquemment rencontrés dans le secteur des soins de beauté renvoient à :

UN DANGER PHYSIQUE



Inflammable (GHS02)

Un produit peut s'enflammer s'il est en contact avec une source d'inflammation telle qu'une cigarette, une allumette ou une flamme. Les substances solides, liquides et gazeuses peuvent être inflammables. P. ex. : acétone, alcool et éther.

UN DANGER POUR LA SANTÉ



1. Irritant, sensibilisant, nocif (GHS07)

En cas d'ingestion ou de contact avec la peau, une substance peut être nocive et provoquer de l'irritation. P. ex. : tablettes pour lave-vaisselle, produits de décoloration à base de chlore et certains détartrants.



2. Mordant, corrosif (GHS05)

Cette substance produit un effet destructeur sur la peau, les yeux et l'œsophage et provoque des brûlures. P. ex. : déboucheurs d'évier, détartrants puissants et acide chlorhydrique dilué (30%).



3. Dangereux pour la santé à long terme (GHS08)

En cas d'ingestion ou de contact avec la peau, une substance peut être potentiellement cancérogène (amiante) ou, à long terme, être nocive pour la santé, notamment au niveau de la reproduction.

UN DANGER POUR L'ENVIRONNEMENT



1. Danger pour l'environnement (GHS09)

Cette substance constitue un danger pour le milieu aquatique et est nocive pour les organismes. Les substances actives présentes dans les pesticides sont dangereuses pour les poissons, les crustacés, les algues, les plantes aquatiques et les insectes utiles.

2. Danger pour la couche d'ozone

Il n'y a momentanément pas de pictogramme illustrant cette nouvelle classe de danger.

Conseils

Lisez l'étiquette dans son intégralité et soyez particulièrement attentif aux conseils de prudence (phrases P). Examinez la liste des ingrédients et lisez attentivement la mention de danger ; seules les catégories de dangers les plus graves sont indiquées par un pictogramme. L'absence de pictogramme ne signifie nullement que le produit est tout à fait inoffensif. Les risques possibles sont toujours mentionnés sur l'étiquette.

Stockage de substances dangereuses

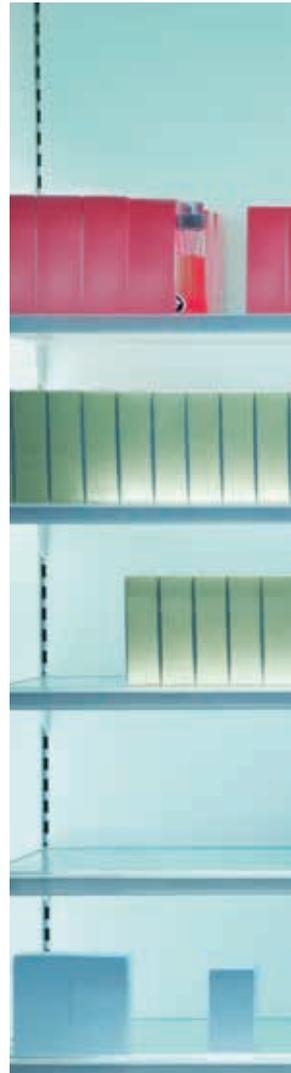
Les cosmétiques sont conservés dans des conditions adaptées et sûres. Les dispositions relatives au stockage de cosmétiques figurent dans la notice d'utilisation.

Conseils

Il est recommandé de conserver les cosmétiques dans leur emballage d'origine, au sec, au frais ou à température ambiante. Ils ne sont pas entreposés là où ils gênent le passage (p. ex. : dans le couloir). Les bouteilles, les récipients et les flacons sont fermés hermétiquement. Il est conseillé de conserver les produits inflammables loin de toute source d'inflammation. Les aérosols contenant des gaz propulseurs inflammables ou des produits à base d'alcool ne sont pas utilisés ni vaporisés à proximité d'une flamme ou en direction d'un corps incandescent. Les enfants ne pénètrent pas dans l'espace de stockage et n'entrent pas en contact avec des produits dangereux.

La gestion des stocks fait l'objet d'un suivi attentif :

- en cas de produits réutilisables, vérifiez la date de péremption et la 'PAO' (période après ouverture)
- appliquez le principe du first in, first out (utilisez les produits les plus anciens en premier)
- les emballages vides ou partiellement utilisés sont éliminés de façon écologique





Manipulation de substances dangereuses

Une bonne ventilation est prévue sur le lieu de travail. L'apport d'air frais extérieur est suffisant et le dioxyde de carbone, la vapeur d'eau excédentaire, la chaleur, les substances éventuellement gênantes et les odeurs sont évacués. Pour ce faire, il convient de prévoir des ouvertures ou d'installer des ventilateurs ou un système d'aspiration. L'utilisation des sprays est évitée au maximum. On leur préfère les vaporisateurs qui ne contiennent pas de gaz propulseur (p. ex. : pour la désinfection de surfaces). L'inhalation régulière de brume est néfaste pour la santé. Pour certaines activités, l'esthéticien opte pour la technique la plus sûre. Lors du fraisage par exemple, il peut éventuellement appliquer la technique humide afin que les particules fines se déposent, ou utiliser un appareil à fraiser muni d'un système d'aspiration.

Interdiction générale de fumer sur le lieu de travail

Depuis le 1^{er} janvier 2006 (arrêté royal du 19 janvier 2005), chaque collaborateur a le droit de disposer d'un espace de travail exempt de fumée. Ce droit est assorti d'une réglementation relative à l'interdiction de fumer dans les lieux fermés accessibles au public et dans les lieux de travail (loi du 22 décembre 2009). Entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2010, cette loi est donc aussi importante pour l'employeur et pour le collaborateur.

Conseils

Il est interdit de fumer sur le lieu de travail, dans le local de repos et dans les équipements sociaux (toilettes, vestiaires, ...).

L'employeur convient de règles claires avec les collaborateurs au sujet du tabagisme au travail. Il est recommandé de consigner ces règles dans le règlement de travail.

L'employeur respecte différentes obligations légales. Il prévoit une politique en matière d'incendie, dans laquelle il implique les collaborateurs.

Sur ce plan aussi, les collaborateurs prennent leurs responsabilités.

3. HYGIÈNE

L'HYGIÈNE EST UN TERME GÉNÉRIQUE QUI DÉSIGNE TOUTES LES ACTIONS VISANT À PRÉSERVER LA SANTÉ HUMAINE ET ANIMALE PAR L'ÉLOIGNEMENT DES AGENTS PATHOGÈNES. L'ESTHÉTICIEN TRAITE DES PERSONNES QU'IL TOUCHE DE SES MAINS. IL TRAITE LEUR PEAU AVEC DES PRODUITS ET UTILISE DIFFÉRENTS APPAREILS. IL EST POSSIBLE QUE DES MATIÈRES ÉTRANGÈRES OU DES MICRO-ORGANISMES SE DÉGAGENT ET CAUSENT DES LÉSIONS CUTANÉES.

LES MICRO-ORGANISMES (BACTÉRIES, CHAMPIGNONS, VIRUS, ...) SE PROPAGENT (CONTAGION) ET PROVOQUENT UNE INFECTION. DES MESURES SONT PRISES AU NIVEAU DE L'ENTREPRISE (HYGIÈNE DU TRAVAIL) ET AU NIVEAU INDIVIDUEL (HYGIÈNE INDIVIDUELLE). LES MESURES PRISES DANS L'ENTREPRISE DOIVENT ÊTRE RESPECTÉES PAR LE COLLABORATEUR/STAGIAIRE. EN OUTRE, CHACUN PREND SOIN DE LUI-MÊME : ALIMENTATION SAINTE, EXERCICE PHYSIQUE SUFFISANT, VÊTEMENTS PROPRES, BONNE HYGIÈNE CORPORELLE, DÉTENTE SUFFISANTE ET MODE DE VIE ÉQUILIBRÉ.



HYGIÈNE DU TRAVAIL

Par 'hygiène du travail', on entend les mesures prises pour prévenir les dommages à la santé, telles que les mesures contre la propagation des micro-organismes afin d'éviter les infections. L'esthéticien veille à travailler dans un environnement sain.

L'institut

Sur le plan de l'hygiène, l'institut doit satisfaire à différentes exigences. S'il est situé dans le domicile, il est conseillé d'avoir une cabine accessible par une porte séparée ou par la porte d'entrée principale afin d'éviter le passage par les parties privatives. Si l'institut se trouve à l'étage, l'escalier doit être suffisamment large (80 cm) et sécurisé (il est dégagé, suffisamment éclairé, ...). Les toilettes sont fraîches, propres et neutres. Dans un institut autonome, il est recommandé de prévoir au moins une toilette à proximité du lieu de travail. Sur le lieu de travail, on veillera à ce que l'environnement soit nettoyé et exempt de poussière, et à ce que le matériel soit d'une propreté irréprochable. Le sol de l'institut doit être facile à entretenir et à désinfecter et le mobilier et les rideaux faciles à nettoyer.

La cabine

- est propre et aménagée de façon pratique
- est équipée d'un lavabo avec eau courante chaude et froide (voir aussi 'hygiène des mains')
- dispose de suffisamment d'espace dans les armoires pour y ranger efficacement le matériel et les instruments à l'abri de la poussière
- possède un grand plan de travail permettant de travailler de façon structurée
- est rangée, nettoyée et, si nécessaire, désinfectée après chaque client. A la fin de la journée de travail, l'ensemble du matériel est nettoyé et désinfecté, le sol est nettoyé, les déchets sont collectés et évacués
- compte suffisamment de serviettes, qui sont remplacées à chaque client

Nettoyage

Par 'nettoyage', on entend l'élimination de la saleté visible et des matières organiques non visibles afin d'éviter la survie, la prolifération et la propagation de micro-organismes.

Nettoyage à sec : par exemple, dépoussiérer et/ou passer l'aspirateur.

Nettoyage à l'eau : pour renforcer l'action nettoyante, il convient d'ajouter un détergent. Le nettoyage peut se faire à l'aide d'un produit ménager ou d'un détergent pour instruments. Les sols et les meubles seront lavés avec un produit ménager. Lorsque cela est possible, il est recommandé de nettoyer à l'aide de machines car celles-ci permettent de programmer des températures élevées (lave-linge, lave-vaisselle, nettoyeur à ultrasons).

Désinfection

Par 'désinfection', on entend l'inactivation ou la réduction à un niveau acceptable des micro-organismes nocifs présents sur le mobilier et le matériel, la peau et les muqueuses, afin d'éviter le risque de contamination. Il est possible de désinfecter les objets, le matériel, la peau et les muqueuses. Les désinfectants sont des substances capables de réduire les micro-organismes à un niveau acceptable. La désinfection des surfaces et des instruments peut se faire tant de façon chimique (désinfectants) que de façon thermique. Une désinfection thermique se produit sous l'action





d'eau chaude, d'air chaud ou de vapeur à partir d'une température de 70°C (p. ex. : stérilisateur à air chaud).

La désinfection permet de neutraliser la plupart des champignons, bactéries ou virus. Dans certains cas, elle peut toutefois s'avérer insuffisante. En cas d'utilisation de désinfectants autorisés par la loi, on parle de désinfection chimique (p. ex. : alcool à désinfecter (éthanol) dans un nettoyeur à ultrasons). Si une lésion apparaît lors d'un traitement, elle sera rincée à l'aide d'un désinfectant agréé.

Stérilisation

Par 'stérilisation', on entend le processus qui tue ou inactive tous les micro-organismes présents sur ou dans un objet (destruction des germes). La règle de base est la suivante : toujours nettoyer et désinfecter avant de stériliser. Après avoir été nettoyé et désinfecté, le matériel peut être stérilisé. Il existe plusieurs manières de stériliser des instruments :

- . chauffage avec un stérilisateur à air chaud : pour la stérilisation des instruments en métal et en verre
- . chauffage à la vapeur (sous pression) avec un autoclave : pour la stérilisation des instruments en métal, des objets en verre et de certaines matières synthétiques et toiles

Mesures d'hygiène dans la pratique

A. HYGIÈNE AU TRAVAIL

- . il est interdit de manger et de boire dans la zone de travail
- . des sanitaires et des salles d'eau sont mis à la disposition des collaborateurs
- . les serviettes sont immédiatement lavées à 90°C après chaque client. Des serviettes à usage unique peuvent également être utilisées
- . il faut absolument éviter d'utiliser du matériel contenant du nickel. Si l'on opte pour des instruments en métal, ceux-ci doivent de préférence être en acier inoxydable et de bonne qualité. Il faut systématiquement nettoyer et désinfecter les instruments
- . le lieu de travail est entretenu régulièrement à l'eau et à l'aide de détergents efficaces
- . les sols et les meubles maculés de sang sont désinfectés immédiatement
- . les déchets sont collectés, stockés et évacués en toute sécurité



▲
Le lieu de travail est entretenu régulièrement à l'eau et à l'aide de détergents efficaces.



**SE LAVÉR RÉGULIÈREMENT
LES MAINS AVEC UN SAVON
POUR LES MAINS AU PH
NEUTRE EST IMPORTANT
POUR UNE BONNE HYGIÈNE**

B. HYGIÈNE DES MAINS

Bien soigner ses mains

Les mains jouent un rôle important dans la transmission de maladies. Les microbes présents sur nous passent de nos mains aux objets ou à la nourriture qu'elles touchent, pour finir dans la bouche. La plupart du temps, il suffit de se laver soigneusement et abondamment les mains et les avant-bras.

Pour une bonne hygiène, il est conseillé d'utiliser :

- **un savon pour les mains liquide au pH neutre avec pompe :**
Les pains de savon à usage collectif sont des nids à bactéries, parce qu'ils restent généralement humides
- **des serviettes (en papier ou coton) à usage unique :** Les serviettes à usage collectif constituent également des nids à bactéries parce qu'elles sont utilisées par plusieurs personnes
- **un lavabo muni d'un robinet avec commande au coude ou cellule optique :** Il est possible de se décontaminer les mains en refermant le robinet après le rinçage des mains, parce que le robinet a été touché par des mains sales juste avant. Un robinet avec commande au coude peut constituer une solution. En l'absence de robinet avec commande au coude, on peut se sécher les mains avant de fermer le robinet avec une lingette jetable. Il n'est pas nécessaire de fermer un robinet muni d'une cellule optique
- **un seau à pédale pour les serviettes usagées**
- **des serviettes à usage spécifique, conservées séparément :**
Les serviettes destinées aux clients ne sont pas utilisées pour se sécher les mains

Pour un nettoyage efficace, il est recommandé de se laver les mains avant et après un soin, éventuellement en présence du client ; après avoir été en contact avec du sang, du pus, ... ; lorsqu'elles sont sales ; avant de manger, de boire un café, ... ; après avoir utilisé les toilettes ; après s'être mouché (avec un mouchoir en papier).



Hygiène des mains / Nettoyer à l'eau et au savon - (IDEWE)
Vous trouverez une fiche détachable à la fin du chapitre



Se laver les mains en 10 étapes et 60 secondes

(Voir fiche hygiène des mains)

1. Humidifiez vos mains avec de l'eau, appliquez-y une quantité généreuse de savon liquide et frottez comme suit.
2. Paume contre paume.
3. Paume sur le dos de la main opposée en écartant les doigts (gauche et droite).
4. Paume contre paume en entrelaçant les doigts.
5. Dos des doigts dans la paume de l'autre main et mouvements de va-et-vient.
6. Prenez le pouce avec la paume de l'autre main et frottez (gauche et droite).
7. Mouvements rotatifs du haut des doigts dans la paume de l'autre main (gauche et droite).
8. Rincez soigneusement vos mains avec de l'eau.
9. Séchez vos mains à l'aide d'un chiffon jetable.
10. Fermez le robinet avec le chiffon jetable.

Appliquer une crème protectrice

Enduisez-vous les mains d'une crème protectrice adaptée à la fin d'une tâche, avant les pauses et à la fin de votre journée de travail.

Ne pas porter de bijoux aux mains et aux poignets

Il est déconseillé de porter des bagues, une montre et des bracelets pendant un traitement. De la saleté, de l'humidité et des micro-organismes s'accumulent en dessous et empêchent le nettoyage efficace des mains.

C. VÊTEMENTS ET CHAUSSURES

Vêtements de protection (CCT du 17 mars 2010)

L'employeur met à disposition des vêtements de protection (tunique et tablier) dont il assure le remplacement, le nettoyage et l'entretien. Ces vêtements doivent satisfaire aux normes techniques en vigueur.

Vêtements de travail

Les vêtements de travail sont les vêtements que le travailleur porte sur son lieu de travail et qui ne constituent pas des vêtements de protection (p. ex. : chemise, pantalon ou robe). Ces vêtements offrent suffisamment de liberté de mouvement, résistent à l'usure et au déchirement, sont adaptés au travail et aux mensurations du collaborateur et sont confectionnés avec des matières non allergènes. La liberté de la tenue de travail peut être autorisée si elle est explicitement mentionnée dans le règlement de travail ou dans le contrat de travail, ou si l'analyse des risques démontre que le port de vêtements de protection n'est pas obligatoire. Si la liberté de la tenue de travail est explicitement mentionnée dans le règlement de travail ou dans le contrat de travail, l'employeur ne doit payer aucune indemnité à ses collaborateurs pour le nettoyage et l'entretien.

Si l'employeur prévoit des vêtements de travail pour ses collaborateurs, il est responsable de leur nettoyage et de leur entretien. S'il ne prend pas en charge les frais de nettoyage et d'entretien, il verse une indemnité au collaborateur. Si l'employeur ne met pas de vê-

ments de travail à disposition, le collaborateur est responsable de leur achat, de leur nettoyage et de leur entretien. Dans ce cas, l'employeur lui verse une indemnité.

Chaussures adaptées

La surcharge provoque souvent des douleurs et un gonflement des pieds. Le port de chaussures confortables et adaptées permet d'éviter ces désagréments. Les chaussures de l'esthéticien s'accordent avec sa tenue, mais sont surtout ergonomiques. Il est conseillé d'opter pour des chaussures qui chaussent bien, avec un talon bas et large, et qui offrent un bon soutien. Celles-ci sont de préférence souples, solides et, éventuellement, munies de semelles isolantes et imperméables.

D. ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE (EPI)

Pour limiter les risques de santé sur le lieu de travail, le collaborateur porte des équipements de protection adaptés.

Gants

Les gants servent à protéger la peau de l'humidité et des substances irritantes et allergènes contenues dans les cosmétiques. Il est conseillé de porter des gants dans les cas suivants :

- la réalisation de différents actes lors desquels la peau est percée ou endommagée, comme l'épilation électrique, la pose de maquillage semi-permanent, l'extraction de grains de milium, ... Malheureusement, les gants ne protègent pas des blessures par piqûre d'aiguille
- les soins des pieds (toujours). Après le traitement, il convient de jeter les gants et de se laver et/ou de se désinfecter les mains
- les manucures et soins des ongles, p. ex. pour la pose d'ongles artificiels. Les gels peuvent aussi contenir un pourcentage élevé de substances dangereuses, c'est pourquoi le port de gants doit également être envisagé lorsqu'on travaille avec ces produits de façon intensive
- une plaie à la main : couvrir la plaie avec un pansement imperméable, y compris sous les gants

Porter des gants de protection adéquats

Deux types de gants sont mis à disposition dans l'institut :

- des gants épais et réutilisables pour le nettoyage du lieu de travail, p. ex. pour l'entretien du sol
- des gants fins et jetables pour la réalisation de certaines tâches. Il est fortement recommandé d'opter pour des gants à usage unique. Il est important de n'utiliser ce type de gants qu'une seule fois et, surtout, de ne pas les faire sécher ni de les tiquer pour une deuxième ou une troisième utilisation, car cela augmente le risque d'allergie

Les gants présentent une longue manchette et s'ajustent bien aux doigts. En d'autres termes, le modèle choisi n'est pas trop large au niveau du poignet et il ne reste pas trop d'espace au-dessus des extrémités des doigts. Ils couvrent le poignet et une partie de l'avant-bras pour éviter que des substances ou du liquide n'y pénètrent. Ils sont fermés hermétiquement et non





allergènes. Le port de gants en latex naturel contenant du talc est déconseillé. L'employeur fournit des gants à usage unique au collaborateur/stagiaire. Il est très important que ces gants soient mis à disposition pour protéger la peau. Ils sont disponibles en :

- plusieurs couleurs (blanc, rose, violet, noir, ...)
- vinyle ou en nitrile. Les gants en nitrile sont très pratiques parce qu'ils s'ajustent bien et retiennent le nickel
- plusieurs tailles, afin de convenir à chaque collaborateur/stagiaire

L'emballage des gants présente les symboles suivants :



le marquage CE

qui indique que les gants satisfont à la directive 89/656/CEE qui est d'application en la matière. Les lettres CE signifient « Conformité Européenne ».



la norme EN 374

qui indique que les gants protègent l'utilisateur des produits chimiques et/ou des micro-organismes.

Masque chirurgical

Il est conseillé de porter un masque chirurgical, p. ex. lors du fraisage et du limage. Le port du masque est aussi recommandé lors de traitements avec éclaboussures ou déclenchement d'un aérosol (solution de liquide dans du gaz, p. ex. en cas de fraisage).

Lunettes de protection

Lors d'une épilation définitive ou d'un traitement d'embellissement de la peau à la lumière intense pulsée (IPL) ou au laser, le port de lunettes de protection est conseillé, tant pour l'esthéticien que pour le client.

E. POMMADES, CRÈMES ET PÂTES

Des micro-organismes peuvent se développer dans ces préparations. Il est possible de prévenir la contagion : en utilisant des tubes au lieu de pots ; en refermant bien les flacons et les tubes tout de suite après utilisation ; en utilisant une spatule propre pour prendre de la pommade ou de la pâte dans le pot ; en nettoyant/désinfectant la spatule après tout contact avec la peau et avant de la réutiliser.

F. HÉPATITE B, C ET VIH

Les virus se transmettent notamment par contact sang-sang et sang-muqueuses avec une personne contaminée. Sur le lieu de travail, un contact de ce type peut se produire à la suite d'une blessure par piqûre d'aiguille ou par éclaboussure. Dans le cas de l'hépatite B et C surtout, même un petit nombre de virus peut provoquer une infection. Une blessure par piqûre d'aiguille peut donc être lourde de conséquences, et des mesures doivent être observées pour prévenir la contagion :

- toujours faire preuve de prudence en présence de sang, de plaies suintantes et de matériel contaminé. Le matériel et les appareils sont désinfectés régulièrement et, certainement, tout de suite après un contact avec du sang ou une plaie suintante, ou après utilisation sur des clients présentant une infection cutanée. Le sang est nettoyé immédiatement à l'aide d'un mouchoir en papier. La surface est ensuite désinfectée avec une solution alcoolique ou chlorée
- utiliser du matériel désinfecté pour chaque client
- veiller à son hygiène personnelle
- les objets pointus tels que les couteaux et les aiguilles ne sont toujours utilisés qu'une seule fois et, après usage, ils sont toujours déposés dans un conteneur à aiguilles afin que personne ne se blesse
- respecter les règles d'hygiène avant et pendant un traitement, comme préparer le matériel avant le traitement pour éviter de devoir, en cours de traitement, prendre du matériel supplémentaire dans le stock (propre) avec des mains contaminées.

Ces règles d'hygiène doivent être observées avant et pendant le traitement du client.

HYGIÈNE PERSONNELLE

L'esthéticien prend soin de lui. L'hygiène personnelle couvre différents aspects : une bonne hygiène corporelle, mettre chaque jour des (sous-)vêtements propres, une alimentation saine, des ongles propres et coupés (ils sont lisses et n'accrochent pas), une coiffure soignée : les cheveux longs sont attachés, de l'exercice physique, suffisamment de détente et un mode de vie équilibré.



Hygiène des mains

Nettoyer à l'eau et au savon



60
sec.

1



Humidifiez vos mains avec de l'eau, appliquez-y une quantité généreuse de savon liquide et frottez comme suit:

2



Paume contre paume

3



Paume sur le dos de la main opposée en écartant les doigts (gauche et droite)

4



Paume contre paume en entrelaçant les doigts

5



Dos des doigts dans la paume de l'autre main et mouvements de va-et-vient

6



Prenez le pouce avec la paume de l'autre main et frottez (gauche et droite)

7



Mouvements rotatifs du haut des doigts dans la paume de l'autre main (gauche et droite)

8



Rincez soigneusement vos mains avec de l'eau

9



Séchez vos mains à l'aide d'un chiffon jetable

10



Fermez le robinet avec le chiffon jetable

11



Vos mains sont nettoyées

Source: WHO



4. ERGONOMIE

LE CONCEPT D'ERGONOMIE EST UNE COMBINAISON D'ERGOS (TRAVAIL) ET DE NOMOS (THEORIE). L'ERGONOMIE EST UNE SCIENCE MULTIDISCIPLINAIRE QUI VISE À ADAPTER L'ENVIRONNEMENT DE VIE ET DE TRAVAIL DE L'ÊTRE HUMAIN À SES BESOINS PHYSIQUES, SOCIAUX ET PSYCHOLOGIQUES AFIN QU'IL PUISSE FONCTIONNER DE MANIÈRE OPTIMALE, EN PRÉSERVANT SA SÉCURITÉ ET SA SANTÉ. L'ERGONOMIE CONTRIBUE À TROUVER UN ÉQUILIBRE ENTRE L'ÊTRE HUMAIN ET LE TRAVAIL ET FAVORISE L'INTERACTION ENTRE L'INDIVIDU ET SON ENVIRONNEMENT. DANS LA VIE QUOTIDIENNE ET DURANT L'EXERCICE D'UNE ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE, DES FACTEURS DIVERS (L'ENVIRONNEMENT, L'ORGANISATION ET LE TRAVAIL PHYSIQUE) PEUVENT PROVOQUER DES DOMMAGES CORPORELS.

TROUBLES MUSCULOSQUELETTIQUES (TMS)

Autres dénominations :

RSI : Repetitive Strain Injuries

MSA : Musculoskeletale Aandoeningen

Généralités

Certaines tâches effectuées dans l'institut peuvent se trouver à l'origine de douleurs au niveau des structures musculosquelettiques telles que les muscles, les tendons, les ligaments, les nerfs et les articulations. Ces douleurs sont désignées par le terme générique de troubles musculosquelettiques (TMS). Elles se situent principalement au niveau du dos et de la nuque, des membres supérieurs (épaule, coude, poignet) et inférieurs (genou, pied). Des statistiques européennes (« Fit for Work », 2009) montrent que 19,8% des Belges souffrent de douleurs dorsales et 17,5% de douleurs musculaires. Que le mal se situe au niveau du dos, des muscles ou des articulations, les TMS entraînent des absences de longue durée, ce qui affecte le collaborateur tout autant que l'employeur.



Le secteur

Les problèmes physiques liés au travail sont fréquents dans le secteur. La plupart des esthéticiens les acceptent et continuent à travailler. Ils estiment que ces problèmes font partie du métier. Les TMS fréquents sont dus à une position debout ou assise maintenue dans le temps, combinée à l'exécution répétée de gestes (modelage d'ongles) qui requièrent de la force dans les mains et les doigts (massage) et à une posture de travail inconfortable (pédicure). Le métier d'esthéticien est un métier manuel physiquement intensif. Malgré la grande faculté d'adaptation du corps humain, des douleurs apparaîtront à terme si l'esthéticien ne respecte pas les principes d'ergonomie. Après une journée de travail chargée, l'esthéticien peut éprouver de la douleur et de la fatigue.

Les symptômes des TMS

Bien que les TMS puissent se manifester subitement, il s'agit dans la plupart des cas d'un processus graduel. Le trouble et ses conséquences s'aggravent si les problèmes ne sont pas traités à temps. Au premier stade, l'esthéticien ressent de la douleur et de la fatigue à la fin de sa journée de travail. Ces symptômes disparaissent après le repos nocturne. Au deuxième stade, la douleur persiste, même après le repos nocturne, et perturbe le sommeil et les prestations de travail, ce qui entraîne des absences de courte durée. Au troisième stade, la douleur et la fatigue musculaire deviennent chroniques. Elles perturbent les activités quotidiennes et limitent les prestations de travail. Des symptômes cliniques clairs se manifestent et entraînent des absences de longue durée.

Les causes

Les principales causes de ces symptômes sont :

les contraintes organisationnelles

- . le rythme auquel une tâche doit être accomplie
- . la nature du travail effectué
- . les relations avec les collègues, le responsable, le client

les contraintes environnementales

- . la température : les courants d'air et le froid sont néfastes. Le froid sollicite davantage les tendons et demande plus de force musculaire dans l'avant-bras, ce qui complique l'utilisation du matériel et entraîne une moins bonne coordination musculaire
- . l'éclairage de l'institut : un mauvais éclairage entraîne la prise d'une mauvaise position et augmente le risque de trébuchement

les contraintes physiques

- . la force exercée pour certaines tâches (massage)
- . les gestes répétitifs combinés à une position statique
- . les vibrations produites par le matériel
- . les gestes de soulèvement, de traction et de poussée endommagent les articulations, les muscles et les tendons (p. ex. : tendinite)
- . les flexions du tronc vers l'avant endommagent le dos (p. ex. : lumbago)
- . la position debout provoque des varices et un gonflement des pieds

RISQUES DE SANTÉ ET MESURES DE PRÉVENTION

Généralités

Les postures contraignantes combinées à un effort supplémentaire entraînent un étirement ou une compression plus importante des articulations, muscles, tendons et ligaments. Si ces mouvements sont répétés souvent et si les postures sont maintenues pendant une période prolongée, vous risquez de développer un TMS.

Prévention

Pour prévenir les TMS, il importe que le collaborateur puisse évoluer dans un environnement de travail adapté, tant sur le plan pratique (matériel réglable) que sur le plan organisationnel (horaire, charge de travail, variation dans les tâches). Le collaborateur doit aussi être correctement informé au sujet des troubles musculosquelettiques. Un diagnostic précoce favorise le traitement du problème et permet au collaborateur de reprendre le travail plus vite.

Au niveau de l'organisation dans l'institut, les mesures suivantes peuvent réduire le risque de problèmes de santé :

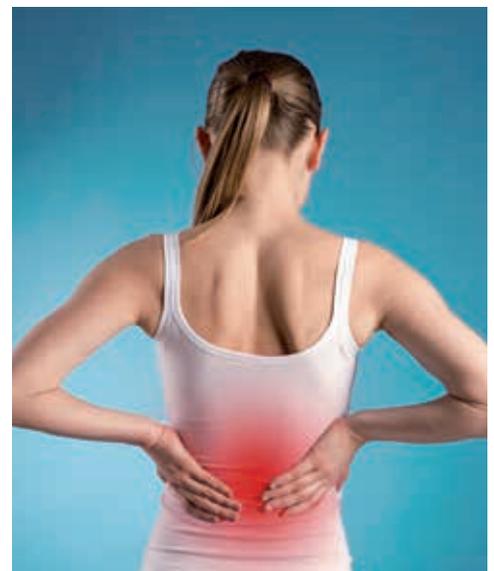
- opter pour du matériel adapté et ergonomique (table d'onglerie, chaise de travail, table/siège de massage avec système de pompe), compte tenu de l'espace disponible et des possibilités
- veiller à ce qu'il y ait une variété/rotation dans les tâches afin que le collaborateur/stagiaire ne doive pas répéter trop souvent les mêmes gestes
- prévoir suffisamment de pauses
- veiller à ce que le lieu de travail soit en ordre : un passage difficile, le manque de place et le désordre augmentent le risque de trébuchement et obligent le collaborateur à adopter une posture plus contraignante
- le lieu de travail est suffisamment spacieux (espace autour du siège, de la table de massage, de la chaise de travail) :
 - min. 100 cm pour la zone de travail
 - min. 70 cm pour le passage (p. ex. : entre le siège et le mur)
- bien entretenir le matériel et remplacer le matériel défectueux

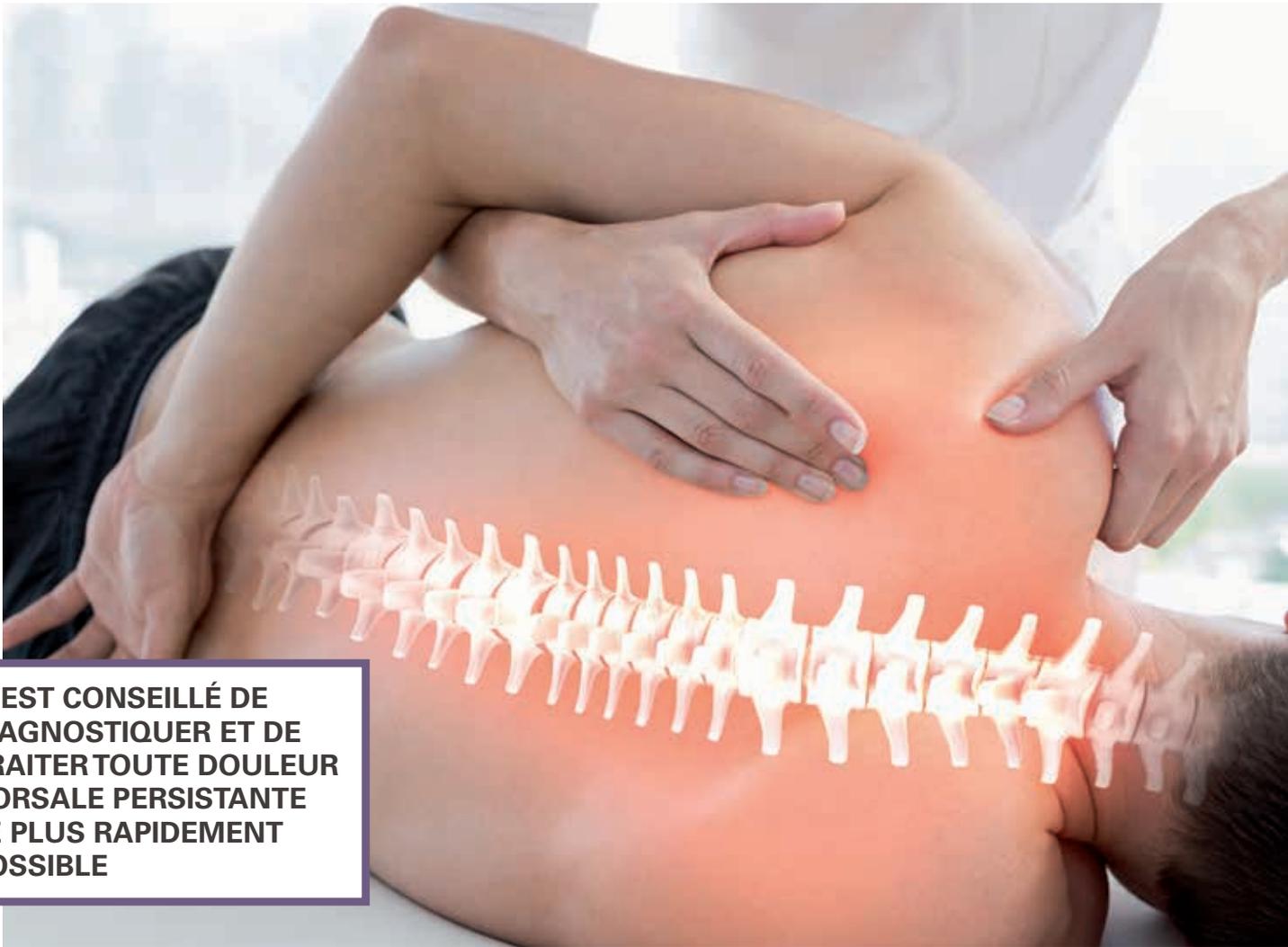
- déposer le matériel en hauteur pour éviter de devoir le soulever dans une position penchée ou de devoir forcer inutilement

A. LE DOS

Facteurs de risque

En position debout, la totalité du corps est soutenue par le dos. Celui-ci absorbe donc de nombreux chocs et est très vulnérable. Faire un faux mouvement ou adopter une posture contraignante peut endommager une ou plusieurs parties du dos. Une posture dans laquelle le torse est penché ou en torsion peut engendrer de nombreux problèmes. En position penchée vers l'avant, les muscles dorsaux doivent fortement se contracter pour garder l'équilibre. Une position constamment penchée provoquera donc une fatigue des muscles dorsaux, une compression des disques intervertébraux et des maux de dos irradiants. P. ex. : l'esthéticien n'est pas toujours assis bien droit mais travaille penché en avant afin de réaliser une épilation ou un traitement minutieux des pieds à l'aide d'une lampe-loupe fixe. De plus, les membres inférieurs en souffrent davantage. Une position contraignante de la colonne vertébrale au niveau des lombaires peut être due à une mauvaise hauteur du tabouret, qui oblige l'esthéticien à toujours se pencher en avant.





IL EST CONSEILLÉ DE DIAGNOSTIQUER ET DE TRAITER TOUTE DOULEUR DORSALE PERSISTANTE LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE

Prévention

Adopter une bonne position pour les différentes tâches :

- basculer le bassin
- maintenir les épaules vers l'arrière
- contracter les abdominaux
- réduire les distances d'atteinte des objets : ne pas se pencher trop en avant durant le travail (dos courbé)
- régler la table et le siège de massage, la chaise de travail ... à la bonne hauteur
- se rapprocher du client durant le travail, mais pas trop près non plus (dos cambré)
- toujours se positionner en face du client et ne pas travailler avec le buste en torsion
- veiller à ce que la pression soit répartie uniformément sur la surface d'appui du corps, pas seulement en position debout mais aussi en position assise, accroupie, penchée, dans les escaliers et lorsqu'on porte ou soulève des objets lourds
- si la chaise de travail ou le tabouret n'est pas mu-

ni(e) d'un soutien lombaire réglable, il est recommandé de s'asseoir « activement », c.-à-d. avec les abdominaux contractés afin de maintenir le dos droit. La contraction des abdominaux augmente la pression dans la cavité abdominale, ce qui la réduit au niveau des disques intervertébraux

Le fitness et la gymnastique adaptée

favorisent le maintien du corps. Bien entendu, l'esthéticien n'a guère de temps à y consacrer durant ses heures de travail, mais il peut veiller à réaliser correctement certains mouvements durant le travail, comme les flexions du tronc en avant ou les soulèvements.

B. LES MEMBRES SUPÉRIEURS

Le terme RSI, acronyme anglais de *Repetitive Strain Injury*, est un terme générique qui désigne les douleurs ressenties dans les membres supérieurs et causées par une surcharge musculaire statique prolongée et/ou par des contraintes répétitives de courte



durée, qui endommagent les tendons, les nerfs, les muscles et les autres tissus mous. Les douleurs s'intensifient suite à l'adoption d'une mauvaise posture qui entraîne une tension inutile au niveau des tendons et des nerfs dans les mains, les poignets, les bras, les épaules et la nuque. Combinée à des mouvements répétitifs, la position debout et assise prolongée constitue un risque de développement de TMS au niveau des membres supérieurs (nuque, épaules, dos, bras et poignets).

Douleurs

Les poignets

Trouble musculaire

Le styliste ongulair, l'esthéticien et le visagiste effectuent les mêmes mouvements de façon répétée, comme le limage d'ongles, les massages, la pose de maquillage, les soins des pieds, ... Ces gestes sont susceptibles de provoquer des douleurs musculaires au niveau des mains et des bras. Normalement, ces douleurs disparaissent après quelque jours. Si ce n'est pas le cas, il faut agir. Le travail effectué toujours dans la même position, le fait de tourner les poignets en forçant et la réalisation de mouvements répétitifs entraînent la survenue de ces troubles.

Trouble nerveux : le syndrome du tunnel carpien

Les os carpiens forment un tunnel dans lequel coulisent les tendons ainsi qu'un nerf (nervus medianus). Lorsque les doigts et la main bougent, ces tendons frottent contre la paroi du tunnel, ce qui n'est pas problématique en soi. La répétition de mouvements identiques peut toutefois provoquer une inflammation et un gonflement des tendons, ce qui augmente la pression sur ce nerf.

Le syndrome du tunnel carpien (STC) est une compression du nerf médian du poignet qui apparaît suite à une inflammation des tendons entourant le nerf. Parfois, il suffit d'observer une période de re-

pos, mais dans certains cas, un traitement s'impose (attelle de nuit, injection de cortisone, opération). Le syndrome du tunnel carpien figure sur la liste belge et la liste européenne des maladies professionnelles. Lorsqu'il effectue des gestes répétitifs et crispe la main sur de petits instruments (lime, fraise, ...) et objets (stylo, crayon), l'esthéticien peut développer un STC. Les symptômes se caractérisent par des picotements dans la paume de la main et dans les doigts, qui irradient dans le bras.

Ténosynovite (tendovaginite)

Dans le cas d'une inflammation du tendon (tendinite), seul le tendon est enflammé, alors qu'en cas de ténosynovite, l'inflammation tendineuse s'accompagne d'une inflammation de la gaine protectrice du tendon. Lorsque des gestes répétitifs entraînent un frottement trop important (p. ex. : lors du limage des ongles), la gaine du tendon peut s'enflammer et provoquer une douleur.

Prévention

- éviter de fléchir trop souvent les poignets
- travailler près du client
- toujours maintenir les coudes en bas durant le travail (afin d'éviter les crispations)
- ne pas crispier la main sur le matériel
- baisser les bras de temps en temps afin qu'ils puissent se reposer et alterner les mouvements des mains
- durant les pauses, faire quelques exercices d'étirement

Les épaules

Les troubles de l'épaule tels que les tendinites et les tendovaginites peuvent apparaître lorsque le travail est effectué dans une même position pendant une période prolongée ou lorsqu'on tend souvent le bras pour atteindre des outils ou des produits.

La nuque

Les troubles musculaires surviennent lorsque les muscles se contractent (avec une intensité plus ou moins forte) de façon prolongée (contraction musculaire), ce qui perturbe la circulation sanguine. Le muscle n'est dès lors plus alimenté et les déchets ne peuvent plus être éliminés. P. ex. : syndrome tensionnel de la nuque.

C. LES MEMBRES INFÉRIEURS

Le pied

Douleurs

Les causes de surcharge les plus fréquentes sont le surpoids, les mauvaises chaussures, les anomalies anatomiques de la voûte plantaire (pieds plats), le relâchement ligamentaire et la perte de force musculaire. Ces facteurs entraînent souvent des douleurs et un gonflement des pieds.

On distingue deux formes de surcharge :

- **la forme aiguë** s'accompagne d'un état de fatigue important ainsi que de douleurs et d'un gonflement des pieds. La douleur est généralement ressentie sur le dessus de la voûte plantaire et sous les têtes des métatarsiens. Il est possible d'éviter cette surcharge en répartissant uniformément la pression exercée sur le talon et sur les têtes des métatarsiens
- **la forme chronique** provoque des anomalies permanentes telles que de l'usure dans les articulations du pied

Prévention

- éviter le surpoids
- ne pas essayer toutes sortes de régimes amaigrissants mais se faire accompagner par un médecin ou un diététicien
- prendre des bains de pieds en alternant le chaud et le froid
- utiliser éventuellement des tapis de pied en caoutchouc à cannelures, bulles ou petites boules remplies de liquide visqueux. Le liquide se répartit de façon uniforme grâce à la pression exercée par le pied sur le tapis, ce qui à son tour répartit uniformément la pression exercée sur la plante du pied. Les muscles sont ainsi activés en permanence et la circulation sanguine est stimulée au niveau des pieds
- consulter un orthopédiste en cas de présomption d'anomalies anatomiques de la voûte plantaire
- le port de semelles orthopédiques adaptées diminue la charge
- il est important de porter de bonnes chaussures. Lors de l'achat de chaussures, le choix s'oriente souvent vers des modèles qui répondent aux dernières tendances mais qui

Une position debout prolongée est néfaste pour les muscles, les articulations et les vaisseaux sanguins et engendre une fatigue du dos.



ne correspondent pas toujours aux exigences ergonomiques. A l'heure actuelle, il est pourtant possible de trouver des chaussures de travail confortables qui soient à la fois ergonomiques et esthétiques

- lors de l'achat de chaussures, il convient de tenir compte des recommandations suivantes :
 - en position debout, laisser un espace de quelques millimètres au niveau du talon et des orteils afin qu'ils puissent se détendre
 - les chaussures à talon bas et large (max. 3 cm de hauteur) offrent un bon soutien. Le port prolongé de hauts talons pour travailler provoque un affaissement de l'avant du pied et engendre des douleurs. En cas de surcharge du pied, il est certainement recommandé de porter des chaussures confortables à talons bas et à rembourrage en viscosité élastique
 - les chaussures sont munies de semelles isolantes et imperméables avec un profil antidérapant

Les jambes

Les esthéticiens peuvent souffrir de troubles de la circulation sanguine dans les jambes en raison d'un mauvais fonctionnement des valvules veineuses. Ils ressentent alors une lourdeur ainsi que des jambes douloureuses, gonflées et fatiguées. Les veines sont gonflées et plus ou moins visibles. Les femmes sont plus sensibles à ces troubles que les hommes. Certaines personnes sont davantage susceptibles de développer cette maladie parce qu'elles présentent une prédisposition génétique. Le mauvais fonctionnement des valvules peut être aggravé, par exemple, par la chaleur, l'obésité, les hauts talons, les chaussettes serrées qui gênent la circulation du sang, le manque d'exercice physique et la grossesse.

Symptômes

- jambes lourdes, démangeaisons et douleurs au niveau des veines
- gonflement des chevilles ou de la jambe
- dilatation des vaisseaux cutanés sur la jambe (varices)
- les varices graves peuvent entraver l'alimentation de la peau et entraîner l'apparition d'eczéma, d'une infection voire d'un ulcère crural (« jambe ouverte »)
- des caillots se forment aussi rapidement dans les varices, ce qui donne lieu à des phlébites superficielles ou à une infection de la veine

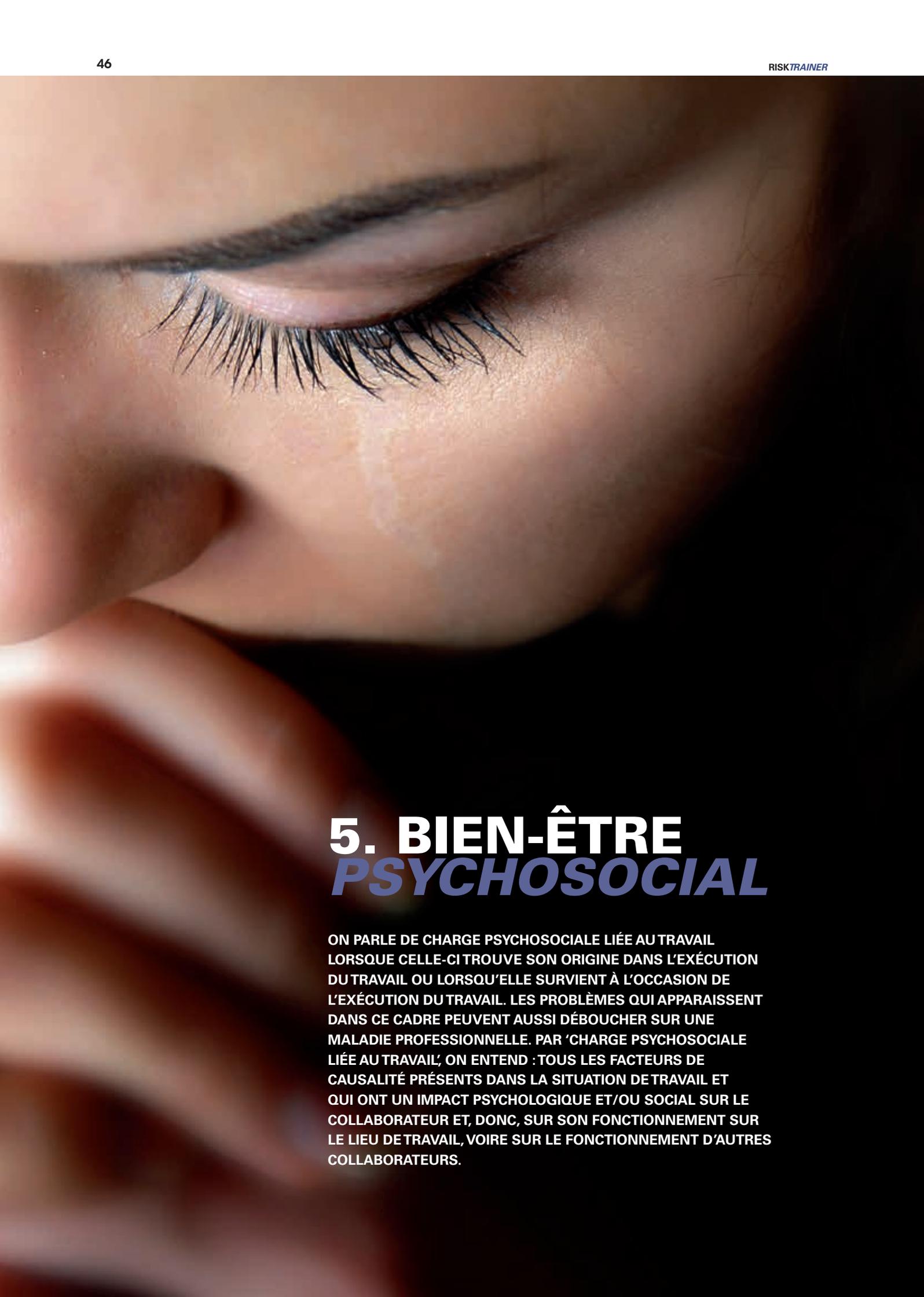
Prévention

- ne pas rester immobile, mais se mouvoir de temps en temps. Si cela n'est pas possible, essayer de faire quelques mouvements de flexion et d'extension sur place pour les mollets (se mettre sur la pointe des pieds)
- intercaler des pauses et surélever les jambes quelques instants après la journée de travail
- éviter le surpoids
- ne pas porter de vêtements serrés
- éviter de prendre des bains chauds de longue durée ou de faire du banc solaire
- prendre des douches courtes (chaud/froid) sur les jambes
- en cas de varices visibles, porter des bas ou collants de contention élastiques

La hanche

Les problèmes de hanche résultent d'une usure de l'articulation de la hanche. Il est important d'éviter le surpoids. La prise de poids engendre des modifications du squelette, en particulier au niveau des articulations.





5. BIEN-ÊTRE *PSYCHOSOCIAL*

ON PARLE DE CHARGE PSYCHOSOCIALE LIÉE AU TRAVAIL LORSQUE CELLE-CI TROUVE SON ORIGINE DANS L'EXÉCUTION DU TRAVAIL OU LORSQU'ELLE SURVIENT À L'OCCASION DE L'EXÉCUTION DU TRAVAIL. LES PROBLÈMES QUI APPARAISSENT DANS CE CADRE PEUVENT AUSSI DÉBOUCHER SUR UNE MALADIE PROFESSIONNELLE. PAR 'CHARGE PSYCHOSOCIALE LIÉE AU TRAVAIL', ON ENTEND : TOUS LES FACTEURS DE CAUSALITÉ PRÉSENTS DANS LA SITUATION DE TRAVAIL ET QUI ONT UN IMPACT PSYCHOLOGIQUE ET/OU SOCIAL SUR LE COLLABORATEUR ET, DONC, SUR SON FONCTIONNEMENT SUR LE LIEU DE TRAVAIL, VOIRE SUR LE FONCTIONNEMENT D'AUTRES COLLABORATEURS.

Les aspects psychosociaux comprennent la charge mentale qui résulte du travail, comme le stress ; les dispositions légales en matière de harcèlement moral et sexuel et de violence au travail ; des domaines connexes tels que l'alcool, le tabac et la drogue.

Si l'employeur souhaite définir une politique psychosociale dans son institut, il est préférable de ne pas attendre que les problèmes surviennent mais de les anticiper. En pratique, ces deux aspects coïncident parfois : un problème concret requiert une solution rapide et efficace et une politique psychosociale est élaborée sur cette base.

L'enquête nationale belge de 2010 a montré que, tous secteurs confondus, 28% des travailleurs souffrent de stress, 13% ont subi des violences verbales au cours du dernier mois, 9% ont fait l'objet d'intimidations ou de harcèlement moral, 7% de comportements humiliants et 3% de violences physiques (source : Guide pour la prévention des risques psychosociaux au travail - SPF).

RISQUES PSYCHOSOCIAUX (RPS)

Un RPS est la probabilité qu'un collaborateur subisse un dommage psychique, qui peut s'accompagner d'un dommage physique, suite à l'exposition à une situation de travail comportant un danger. Les causes d'une situation de travail représentant un danger sont liées à plusieurs facteurs.

L'organisation du travail

Ce thème porte sur les formes spécifiques d'organisation du travail, telles que la répartition des tâches et l'organisation des postes de travail afin de préserver la sécurité et la santé.

Les conditions de travail

La bonne entente entre l'employeur et le collaborateur dépend de plus que du seul contrat de travail. Les conditions de travail offertes sont taillées à la mesure de l'entreprise et des règles claires sont convenues en la matière. Les sujets qui peuvent donner lieu à des discussions sont : le type d'horaire de travail (temps de travail), le type de contrat (travail à temps partiel), le salaire, la modification des conditions de travail existantes, les régimes de congé, ... La précarité de l'emploi constitue un facteur de stress important. Les contrats temporaires et les menaces de réduction des effectifs engendrent des



OUTRE L'IMPACT PHYSIQUE ET LES RISQUES ASSOCIÉS POUR LA SANTÉ SUR LE LIEU DE TRAVAIL, IL EXISTE ÉGALEMENT UNE CHARGE PSYCHOSOCIALE

incertitudes quant aux perspectives d'avenir ainsi que des conflits internes.

Les conditions de vie au travail

Les conditions physiques, l'environnement, la sécurité, le froid ou les courants d'air, de fortes tensions ou un important manque de sommeil peuvent avoir un effet négatif sur les prestations de travail.

Le contenu du travail

La complexité des tâches, la nature manuelle du travail effectué, les compétences requises.

Les relations de travail

Les relations sociales entre les collaborateurs, les relations entre les collaborateurs et la hiérarchie (le maître de stage, le responsable de l'institut, l'employeur, ...) et les relations avec les tiers (clients, fournisseurs).



CONSÉQUENCES POUR LE COLLABORATEUR

Symptômes émotionnels

Les facteurs de stress émotionnel sont généralement des situations ou des éléments négatifs qui déclenchent des émotions fortes comme des angoisses ou de la tristesse. Les causes peuvent être de natures diverses, comme un danger menaçant, un licenciement, l'incapacité à satisfaire à une exigence donnée ou la perte d'un proche. En un mot : des situations qui mettent en danger les besoins de base de l'être humain tels que la sécurité, la santé, l'amour et les moyens de subsistance. Le stress émotionnel peut également être causé par une exposition à un comportement agressif dans l'institut de beauté, par exemple en cas de conflits avec des collègues ou avec le supérieur, mais aussi avec des clients exigeants et difficiles.

Stress

Une bonne politique d'accueil permet de prévenir le stress. L'employeur organise l'accueil d'un nouveau collaborateur/stagiaire dans l'institut de beauté. Il assure lui-même la coordination des différents aspects de la politique d'accueil ou désigne une personne compétente à cette fin. Des dispositions légales (loi sur le bien-être) et des conventions encouragent l'adoption d'une politique générale de prévention du stress dans l'entreprise. Ainsi, il existe une convention collective de travail relative à la politique de prévention du stress au travail (la CCT n° 72).

Quelques chiffres

Le stress est de plus en plus présent dans tous les milieux professionnels. Selon l'Agence européenne pour la santé et la sécurité au travail (EU-OSHA), le stress est le deuxième problème de santé le plus répandu dans le monde du travail : il touche 22 % de tous les travailleurs européens. L'INAMI (l'Institut national d'assurance maladie-invalidité) estime qu'en 2010, le stress a été la cause de 34% des cas d'invalidité.

Burnout

Le terme 'burnout' signifie 'se consumer', 's'user' et 's'épuiser émotionnellement'. Le burnout est un épuisement physique et mental lié au travail qui se caractérise par de la fatigue et une perte d'énergie, une distance mentale par rapport au travail et une image négative de ses propres aptitudes. Le surmenage est un état qui apparaît lorsqu'une personne a ressenti des tensions pendant trop longtemps et qu'elle ne parvient plus à se reposer suffisamment. Les causes sont de natures diverses. Ainsi, on peut se trouver en surmenage lorsqu'on doit digérer trop d'émotions en peu de temps, mais aussi lorsque la charge de travail est trop importante et qu'il n'y a pas assez de temps pour se détendre.

Burnout et surmenage : la différence

Dans le cas d'un surmenage, quand la cause est éliminée, la personne se rétablira rapidement et retrouvera son équilibre, ce qui n'est malheureusement pas le cas avec un burnout. Les symptômes persistent et l'équilibre ne se rétablit pas. Le burnout est donc bien plus grave que le stress. Le burnout peut avoir plusieurs causes. Les facteurs qui jouent un rôle important dans ce cadre sont d'une part le travail et l'organisation interne de l'institut

de beauté et, d'autre part, la situation personnelle (p. ex. : familiale). Le burnout peut résulter d'un stress permanent et se manifeste le plus souvent à la suite d'une accumulation de facteurs de stress et de frustrations à long terme, généralement sur plusieurs années. Il peut dès lors s'écouler beaucoup de temps avant que l'on se remette d'un burnout. Le burnout se traite généralement avec un accompagnement par des spécialistes (médecin, psychiatre) et, à l'heure actuelle, il se soigne avec succès grâce à une thérapie de courte durée.

Le burnout peut se manifester à trois niveaux :

Épuisement émotionnel

L'esthéticien ressent un état de fatigue et un manque d'énergie sur les plans physique, émotionnel et cognitif. C'est l'essence du burnout, mais les autres dimensions jouent également un rôle.

Dépersonnalisation

L'esthéticien réagit négativement à l'égard des autres et perd l'estime qu'il avait pour ses clients, ses collègues et son employeur. Il réagit avec irritation et cynisme et s'isole.

Manque d'épanouissement personnel

L'esthéticien éprouve un sentiment d'infériorité par rapport à tout ce qu'il entreprend.

Dépression

On parle de dépression lorsqu'une personne n'arrive pas à surmonter un sentiment de profonde tristesse, même après une longue période. En général, la dépression disparaît après quelques mois. Chez 10 à 20% des patients, elle prend une forme plus chronique, qui peut persister longtemps. Les symptômes les plus fréquents sont les suivants : perte d'intérêt et de joie de vivre, troubles de la concentration et du sommeil, pertes de mémoire, épuisement, manque d'appétit ou appétit excessif (perte ou prise de poids), sentiment de culpabilité envers soi-même et envers autrui, pensées suicidaires. L'intéressé perd son estime de soi, n'a plus aucune structure dans la vie, a une image négative de lui-même, est victime de crises de nerfs, éclate en sanglots sur son lieu de travail et est saisi d'angoisses, d'indécision et d'incertitude.

Symptômes physiques

L'exposition à des RPS peut aussi donner lieu à des troubles physiques tels que des douleurs (musculaires et articulaires, maux de tête), des TMS, des troubles du sommeil, des problèmes digestifs, des infections, une augmentation de la tension artérielle et des maladies cardiaques.

Symptômes comportementaux

Ces symptômes se manifestent par des conflits internes, de la violence, du harcèlement moral ou sexuel, une consommation abusive d'alcool ou de drogue. Il est recommandé de convenir de règles claires au sujet des problèmes relationnels au travail. On parle de problèmes relationnels lorsqu'une personne (ou un groupe) ne se sent pas bien au travail à cause d'une mauvaise entente avec les collègues. A titre d'exemple, citons les situations conflictuelles ou abusives.

Violence au travail

c.-à-d. toute situation où une personne est menacée ou est confrontée à une agression physique (coups directs, menaces lors d'une attaque à main armée, ...) ou à une agression verbale (insultes, humiliations, moqueries, ...) durant l'exécution de son travail.

Harcèlement moral au travail

c.-à-d. l'ensemble des comportements abusifs et répétés visant une ou plusieurs personnes et ayant pour objectif ou pour effet de porter atteinte à l'équilibre psychologique ou à l'environnement de travail. Il peut par exemple s'agir d'isoler la personne en l'ignorant, en la critiquant de manière systématique, en ne lui imposant que des tâches inutiles, en la surchargeant de travail, en la rabaisant, en faisant circuler des ragots à son



sujet, en critiquant ses convictions religieuses, ses origines, sa vie privée.

Ce problème psychosocial ne nuit pas seulement à l'intéressé. Dans des organisations telles qu'un institut de beauté, le harcèlement moral au travail entraîne une détérioration de l'ambiance de travail et une baisse de la productivité. Il augmente le risque d'incapacité de travail de longue durée et peut déboucher sur des procédures juridiques.

Le harcèlement est un fait grave, qui n'est ni drôle ni innocent. Des études scientifiques ont démontré à plusieurs reprises que le stress et le harcèlement moral entraînent une augmentation du nombre d'accidents et d'erreurs, une baisse de la productivité, une démotivation accrue, une hausse de l'absentéisme, des burnouts ainsi qu'une détérioration de l'ambiance de travail.

Loi sur le harcèlement moral

Depuis 1996, les victimes sont protégées contre le harcèlement moral au travail. Le 10 janvier 2007, les différentes dispositions relatives au bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail ont été modifiées par voie de loi. Cette loi porte sur la protection contre :

- . la violence : menaces ou agressions physiques ou psychiques lors de l'exécution du travail
- . le harcèlement moral : faits répétés dans l'entreprise ou en dehors de celle-ci, qui humilient le collaborateur ou qui mettent en péril son emploi ; menaces, gestes ou paroles qui créent un environnement de travail invivable ; remarques blessantes sur, par exemple, la religion, l'âge, le sexe, l'origine ethnique, le handicap ou les préférences sexuelles
- . le harcèlement sexuel : paroles ou gestes à connotation sexuelle non souhaités.

Grace à cette loi, le collaborateur est mieux protégé. Cette loi prévoit une procédure claire de traitement des plaintes : les premières démarches à entreprendre, les procédures à suivre si le harcèlement moral persiste ou si la procédure interne ne donne rien. Le collaborateur bénéficie de la protection contre le licenciement dès le moment du dépôt de la plainte et a droit à des dommages et intérêts s'il change de travail après la procédure. (*) (**)



Harcèlement sexuel au travail

c.-à-d. l'ensemble des comportements verbaux, non verbaux ou corporels à connotation sexuelle ayant pour objectif ou pour effet de porter atteinte à l'équilibre psychologique ou à l'environnement de travail. Il peut s'agir de regards insistants ou concupiscent, de remarques équivoques ou d'insinuations, de l'exposition de matériel à caractère pornographique (photos, textes, vidéos, ...), de propositions compromettantes. Le harcèlement peut également prendre la forme d'attouchements, de coups et blessures, de viol. La violence et le harcèlement moral et sexuel au travail constituent un sujet sensible. Ils affectent non seulement l'ambiance de travail, mais aussi l'équilibre psychologique du collaborateur. Ils peuvent déclencher des troubles anxieux, de l'agressivité, du stress, des dépressions et, parfois, un stress post-traumatique.

* Deux lois et un arrêté d'exécution modifient depuis le 1er septembre 2014 la réglementation existante sur le bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail, à savoir la loi contre le harcèlement. Ainsi, le champ d'application dans lequel le travailleur peut entamer une procédure est élargi lorsqu'il ou elle estime subir un dommage psychique et/ou physique par des faits en relation avec le travail. Les procédures élargies qui sont d'application depuis le 1er septembre doivent être intégrées dans le règlement de travail.

** Loi du 28 février 2014 relative au bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail quant à la prévention des risques psychosociaux au travail dont, notamment, la violence et le harcèlement moral ou sexuel au travail, M.B. du 28 avril 2014.

Arrêté royal du 10 avril 2014 relatif à la prévention des risques psychosociaux au travail, M.B. du 28 avril 2014.



Consommation d'alcool ou de drogue au travail

Une consommation excessive d'alcool ou de drogue peut générer des difficultés dans la sphère privée, mais aussi dans la situation professionnelle. Dans le cas d'une consommation d'alcool ou de drogue au travail ou lorsque les effets de celle-ci continuent à se faire sentir sur le lieu de travail, la coresponsabilité de l'employeur est engagée. En effet, l'une de ses tâches est de veiller à la santé et à la sécurité de ses collaborateurs lors de l'exécution de leur travail. En outre, l'alcool ou la drogue s'accompagne généralement d'un fonctionnement diminué ou problématique et conduit à des absences, ce qui constitue une source de stress pour les autres collègues. Conformément à la CCT n° 100, l'employeur est tenu de mener une politique de prévention en matière d'alcool et de drogue. Cette obligation s'applique donc aussi aux instituts de beauté. Dans ce cadre, il ne faut pas tant se focaliser sur le fait que la consommation d'alcool ou de drogue est problématique ou non, mais plutôt sur la question de savoir si la personne en question présente des problèmes de fonctionnement dus à l'alcool ou à la drogue. En d'autres termes : l'objectif premier n'est pas de confronter le collaborateur à sa consommation d'alcool ou de drogue en tant que telle, mais plutôt aux conséquences que cette consommation peut avoir sur la situation de travail.

Faits criminels tels que vols ou braquage

Pour la sécurité de l'entreprise et celle des collaborateurs, quelques mesures de précaution peuvent permettre de prévenir des faits criminels tels que les vols/braquage ou, au moins, de les appréhender le mieux possible.

◀

Les risques psychosociaux sont néfastes pour la santé du collaborateur mais aussi pour l'entreprise. Les conséquences sur le bien-être du praticien actif et sur l'entreprise ne doivent pas être prises à la légère.

CONSÉQUENCES POUR L'ENTREPRISE

Les RPS peuvent avoir des conséquences néfastes pour l'entreprise, comme de l'absentéisme ou une baisse de la productivité et de la qualité du travail. En définitive, ils peuvent entraîner une augmentation de toutes sortes de coûts, tels que le remplacement du collaborateur, la baisse de la productivité, la dégradation de l'image de l'entreprise, ...

Mesures de prévention

Les conséquences des RPS démontrent clairement qu'il importe de mettre en place une politique de prévention de qualité dans l'institut. L'introduction d'une politique de ce type est bénéfique pour l'entreprise : il y règne une meilleure ambiance, les coûts sont diminués et l'employeur lui-même y trouve son compte, car il est satisfait au travail et moins souvent absent. L'employeur et le collaborateur peuvent prendre des mesures préventives et de bonnes résolutions aux niveaux suivants :

Stress

Le collaborateur fait du sport ou des exercices de relaxation. Ces activités physiques ne sont pas seulement décontractantes mais augmentent aussi la résistance au stress. Il se fait plaisir et se distrait (paresser davantage, faire du shopping, se promener). Il ne tait pas son agacement. L'agacement est compréhensible, mais il est possible de l'exprimer gentiment. Ne rien dire peut déboucher sur une crise de colère. Il n'hésite pas à poser des questions lorsque quelque chose n'est pas clair.

L'employeur identifie les causes du stress au sein de l'institut, demande de l'aide aux autres et tente de diminuer les situations qui posent problème. Il limite les heures supplémentaires au strict minimum et veille à ce que le rythme de travail soit correct (gestion du temps). Il intercale des périodes de repos.



**L'ACTIVITÉ PHYSIQUE
NOUS PROCURE FORCE ET
ÉNERGIE. GRÂCE À CETTE
SENSATION DE BIEN-ÊTRE
NOUS NOUS DÉTENDONS
ET DORMONS MIEUX**

Charge de travail

Le collaborateur fixe des objectifs réalistes, tant pour lui-même que pour ses collègues. Un perfectionniste éprouvera souvent des difficultés, c'est pourquoi il faudra éventuellement adapter la charge de travail.

L'employeur veille à la bonne organisation du travail (achat de produits, infrastructure et matériaux de qualité, alternance des tâches) et convient de règles claires en la matière ; emploie du personnel bien formé ; garantit la formation permanente au sein de l'entreprise et planifie une concertation interne entre les collaborateurs au sujet de la répartition des tâches.

Burnout

Le collaborateur :

- n'attend pas trop des autres : être réaliste et ne pas attendre trop de gratitude de la part des clients. Ceux-ci n'ont pas toujours conscience des efforts que fournit l'esthéticien pour les satisfaire
- profite de son travail : travailler parce que c'est gai, parce que les collègues sont agréables et parce qu'il y a un salaire à la clé

- s'arrête pour souffler à temps ; le fait de discuter avec ses collègues après des événements stressants peut renforcer la résilience. Cela aide à donner une place à ses sentiments et à ses impressions, et même à en tirer des leçons. Les collègues peuvent aussi donner de bons conseils et apprendre beaucoup les uns des autres
- écoute son corps : prendre les signaux au sérieux et consulter un spécialiste. Le médecin du travail, le médecin généraliste ou d'autres spécialistes peuvent donner des conseils
- écoute les autres : une bonne discussion avec son conjoint, un collègue proche ou l'employeur permet de clarifier certaines choses
- se montre parcimonieux avec sa propre énergie
- bouge

Harcèlement sexuel

L'employeur aborde le sujet avec les collaborateurs ; définit des règles claires en la matière et les consigne par écrit (par exemple dans le règlement du salon) ; informe le collaborateur de la manière dont il peut réagir en cas de problèmes relationnels et de la personne à laquelle il peut s'adresser.

Consommation d'alcool et de drogue

L'employeur fixe des règles claires dans le règlement du salon. Ces règles doivent tracer les limites à ne pas dépasser pour éviter les problèmes de fonctionnement dus à une consommation d'alcool ou de drogue. Il définit la manière dont les comportements problématiques sont abordés.

Ceci peut englober les points suivants : constater clairement (de préférence par écrit) le dysfonctionnement du collaborateur ; éloigner la personne concernée du lieu de travail si elle représente un danger pour elle-même ou pour des tiers ; confronter l'intéressé aux faits ; convenir de règles claires pour l'avenir (planification d'un moment d'évaluation) ; émettre un avis sur le recours à une assistance ; appliquer graduellement des sanctions et procéder à une évaluation à l'issue de la période convenue.

Le médecin du travail et le conseiller en prévention aspects psychosociaux du SEPPT peuvent jouer un rôle important dans le cadre de ces différents aspects.

Faits criminels

L'employeur :

- . veille à ce que la caisse soit bien visible à partir de différents angles de l'institut (grâce à des caméras, des miroirs, ...)
- . ne place pas la caisse trop près de la sortie, de sorte que le voleur n'ait pas la fuite trop courte
- . veille à ce que la caisse ne soit accessible que d'un côté (par le côté ou par l'arrière)
- . confie l'ouverture et la fermeture du salon à au moins deux collaborateurs agissant ensemble
- . ne compte pas l'argent en présence de tiers
- . s'assure qu'il n'y a pas trop d'argent dans l'institut
- . encourage les clients à payer par carte
- . prend des dispositions claires afin que les collaborateurs sachent que faire en cas de vol ou de braquage
- . affiche un code de conduite si nécessaire

Pour plus d'informations :

La stratégie belge SOBANE est une stratégie de détection et de prévention participative des risques psychosociaux en 4 étapes : www.sobane.be.

Conseils et outils pour la maîtrise du stress et des risques psychosociaux au travail : www.healthy-workplaces.eu, « Les risques psychosociaux, mieux prévenir pour mieux travailler ».

Guide pour la prévention des risques psychosociaux au travail : <http://www.emploi.belgique.be> – publications.





6. ENVIRONNEMENT

CES DERNIÈRES DÉCENNIES, NOUS ACCORDONS UNE ATTENTION IMPORTANTE À NOTRE ENVIRONNEMENT, ET CE À JUSTE TITRE. LA SOCIÉTÉ ÉVOLUE RAPIDEMENT. LES PROGRÈS TECHNOLOGIQUES NÉCESSITENT DE L'ÉNERGIE, BEAUCOUP D'ÉNERGIE. SI NOUS NE CHANGEONS PAS DE CAP, NOS SOURCES D'ÉNERGIE NATURELLES FINIRONT UN JOUR PAR S'ÉPUISER. NOUS DEVONS NOUS TOURNER VERS DE NOUVELLES FORMES D'ÉNERGIE (ÉOLIENNE, SOLAIRE), PROTÉGER L'ENVIRONNEMENT DANS LEQUEL NOUS VIVONS ET LE TRAITER AVEC RESPECT. L'URGENCE EST TELLE QUE LES POUVOIRS PUBLICS PRENNENT EUX AUSSI DES MESURES ENVIRONNEMENTALES, ENCOURAGÉES PAR L'EUROPE. DES DIRECTIVES EUROPÉENNES SE TROUVENT À L'ORIGINE DE L'ENCADREMENT LÉGAL INSTAURÉ À DIFFÉRENTS NIVEAUX DANS NOTRE PAYS. À L'ÉCHELLE MONDIALE, LE PROTOCOLE DE KYOTO RÉGIT LA RÉDUCTION DES ÉMISSIONS DE GAZ À EFFET DE SERRE. LES PAYS PARTICIPANTS SONT ENCOURAGÉS À ATTEINDRE LES NORMES DE KYOTO D'ICI 2020. POUR CETTE DATE, LA BELGIQUE DOIT AINSI RÉDUIRE SES ÉMISSIONS DE DIOXYDE DE CARBONE (CO₂) DE 15%. LES ASPECTS ENVIRONNEMENTAUX QUI EXERCENT UNE INFLUENCE SUR LES 5 DOMAINES DU BIEN-ÊTRE CITÉS CI-DESSUS FONT PARTIE DU BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL. LA POLITIQUE ENVIRONNEMENTALE EST UNE COMPÉTENCE DES RÉGIONS. À L'HEURE ACTUELLE, CETTE COMPÉTENCE SE LIMITE ENCORE AUX MESURES ENVIRONNEMENTALES QUI ONT DES EFFETS SUR LES COLLABORATEURS D'UNE ENTREPRISE. LE DOMAINE DE L'ENVIRONNEMENT TOUCHE À CELUI DE L'HYGIÈNE DU TRAVAIL. LA PRÉSENCE D'UNE POLITIQUE CYCLISTE EST NON SEULEMENT BONNE POUR L'ENVIRONNEMENT, MAIS AUSSI POUR LA SANTÉ.

SUBSTANCES NOCIVES

La plupart des problèmes environnementaux sont dus aux conséquences néfastes d'une concentration trop élevée de substances nocives dans l'eau, l'air et le sol. Dans la plupart des cas, c'est l'homme qui est le principal responsable de l'émission de ces substances. Des substances nocives se dégagent tout d'abord lors de la production et de la consommation d'énergie. Des substances dangereuses sont aussi nécessaires pour la fabrication de produits qui nous facilitent la vie. Ces produits finissent généralement sous forme de déchets, qui se retrouvent dans l'environnement et le polluent.

<http://www.belgium.be/fr/environnement/pollution>

Quelques conseils :

Manipuler des produits dangereux

N'évacuez pas de déchets, de restes de produits chimiques, d'huile etc. dans l'évier. Soyez attentif aux symboles de danger sur l'emballage. Conservez ces substances séparément et ramenez-les séparément aussi. P. ex. : les restes de poudres, de crèmes, de médicaments, d'huile, de térébenthine et de peinture. Un filet d'huile suffit à rendre des milliers de litres d'eau souterraine impropre à la consommation. Évitez d'utiliser des déboucheurs chimiques polluants : certains produits ne sont pas facilement dégradables lorsqu'ils se retrouvent dans l'environnement après avoir été évacués à l'égout. Optez pour des produits écologiques lors de vos achats.

POLLUTION DE L'EAU

L'eau est la principale composante de la vie sur Terre. Elle recouvre 71% de la surface terrestre et fait partie de notre alimentation quotidienne. Elle constitue la base, notamment, des extraits végétaux (p. ex. : le thé) mais aussi de matières polluantes qui, après utilisation, sont rejetées à l'égout avec les eaux usées (p. ex. : les produits de nettoyage). En 1986, la politique de l'eau est confiée aux régions. En Flandre, la VMW (Vlaamse Maatschappij voor Watervoorziening) voit le jour. HYDROBRU est l'opérateur exclusif de distribution d'eau potable et d'égouttage des eaux de pluie et des eaux usées en Région de Bruxelles-Capitale. Dans le sud du pays, la Région wallonne crée la Société wallonne des distributions d'eau (SWDE).

Égouts

Les normes d'évacuation auxquelles les eaux usées doivent satisfaire selon la réglementation dépendent du type d'eaux usées. On distingue les eaux usées domestiques des eaux usées industrielles. Les eaux usées domestiques ont pour origine les activités domestiques normales, les installations sanitaires, les cuisines, le nettoyage de bâtiments (dont les instituts de beauté) et les laveries. À l'exception des cas où l'eau est consommée uniquement comme eau potable, toute utilisation de l'eau a pour effet de la charger en déchets. Ces eaux usées proviennent, entre autres, de la consommation (restes de nourriture), des lave-linge, du nettoyage et des chasses d'eau des toilettes.

Faites attention : Les déchets doivent être triés au maximum. L'idée n'est pas d'évacuer le plus possible d'ordures ménagères dans l'évier. Les eaux usées industrielles ne répondent pas à la définition des eaux usées domestiques. Leur évacuation est régie par des normes spécifiques qui varient selon l'origine des eaux usées.

Les normes d'évacuation dépendent également de l'endroit où les eaux usées sont évacuées. L'eau de surface est le terme générique qui désigne l'eau provenant de ruisseaux, de fossés, de canaux et de rivières. Si de l'eau de surface de qualité est présente en quantités suffisantes, elle peut être utilisée pour toutes sortes d'applications, comme l'irrigation de cultures.

Chacun est tenu de se raccorder au réseau public d'égouts s'il a été prévu. En fonction de la localisation, des dispositions supplémentaires peuvent s'appliquer (p. ex. : l'installation d'une fosse septique) ou être intégrées dans le règlement sur les bâtisses ou dans le permis d'environnement.

Normalement, l'institut de beauté est raccordé à un réseau public d'égouts qui évacue les eaux usées vers une station d'épuration publique existante. Chaque commune/ville dispose d'un plan de zonage qui détermine le mode d'assainissement des eaux usées. Les normes d'évacuation d'un réseau public d'égouts visent à éviter que celui-ci se détériore ou ne s'obture et à garantir le bon fonctionnement des stations d'épuration. Dans le cas où votre établissement se situe en zone d'assainissement autonome (non égoutté), il est possible que vous deviez installer un système d'épuration individuelle. Prenez contact avec votre commune.

Plus d'informations sur www.ucm.be/environnement.

Consommation d'eau et évacuation

Dans un contexte législatif précis, la Région wallonne a décidé d'imposer le prix unique de l'eau, c'est-à-dire que chacun paie le prix réel pour sa consommation d'eau et pour la pollution qu'il engendre (rejet d'eaux usées). Une nouvelle structure tarifaire, s'articulant sur un 'coût vérité à la distribution' CVD, et un 'coût vérité à l'assainissement' CVA, est donc d'application.

Le prix de l'eau se compose de deux grands axes : une redevance qui est un montant fixe payé quelle que soit la consommation d'eau. C'est l'abonnement à l'eau comme il existe un abonnement pour le téléphone ou la télédistribution et une partie calculée selon la consommation d'eau. La structure tarifaire repose sur les notions de CVD et CVA. Il s'agit d'une structure par tranches progressives, calculée par mètre cube, dont le prix est calculé selon les paramètres.

Le gouvernement bruxellois souhaite soutenir financièrement une utilisation rationnelle et économe de l'eau et par là même éviter de faire peser sur les petits consommateurs une application stricte de son coût réel. HYDROBRU a donc mis en place une tarification solidaire et progressive où les prix au mètre cube varient en fonction de la quantité consommée et de la composition du ménage.

La tarification comprend une redevance d'abonnement fixe, une composante variable couvrant les coûts de la distribution, une composante variable couvrant les coûts de l'assainissement communal (égouttage) et une composante variable couvrant les coûts de l'assainissement régional (épuration).

Pour plus d'informations :

<http://www.spge.be/fr/le-prix-de-l-eau.html?IDC=9&IDD=298>

<http://www.hydrobru.be/nos-tarifs/tarifs-ordinaires-de-fourniture-et-dassainissement>

L'eau est indispensable à l'exécution du travail. En étant attentif aux prescriptions et règles environnementales et en prenant de bonnes habitudes, il est possible de limiter la pollution de l'eau.

Quelques conseils

Consommation d'eau

Le fait de veiller à avoir une consommation d'eau rationnelle est bon pour l'environnement, mais aussi pour la facture énergétique. Soyez parcimonieux avec l'eau : ne laissez pas le robinet couler inutilement ; chaque goutte compte. Les robinets, pommeaux de douche et chauffe-eau économiques permettent d'économiser des milliers de litres sur une base annuelle, sans diminuer le confort. Les mousseurs ou anneaux spéciaux placés sur les robinets permettent de réduire la quantité d'eau qui s'écoule du robinet et d'économiser



ainsi jusqu'à 3000 litres par an. Dès qu'un robinet ou un w.-c. fuit, signalez-le ou assurez-en vous-même la réparation ; un robinet qui goutte peut être très irritant et consomme environ 1000 litres d'eau sur une base annuelle. Attendez d'avoir suffisamment de linge sale pour remplir votre lave-linge. Achetez des appareils et sanitaires économiques : un w.-c. économique permet d'économiser jusqu'à 50% par chasse d'eau. Utilisez le bouton économique lorsque vous tirez la chasse. Lisez attentivement le label énergétique de l'appareil : la case qui présente un petit robinet indique le nombre de litres consommés annuellement (sur la base d'une utilisation normale). Comparez différents modèles avant d'en acheter un.

Optez pour les mousseurs

Un mousseur est une pièce que l'on fixe sur la sortie d'eau du robinet. Il insuffle de l'air dans l'eau qui coule. Le débit reste important, mais nécessite moins d'eau.





Avec ce système vous pouvez réduire votre consommation de 40 à 60%. Il est toutefois conseillé de ne pas placer ce type de système lorsque le débit est inférieur à 4 litres par minute. Pour calculer le débit d'un de vos robinets, chronométrez le temps de remplissage d'un contenant d'un litre. Vous obtiendrez un temps en secondes. Divisez 11 par ce temps et multipliez-le ensuite par 60 secondes. Vous obtiendrez ainsi le nombre de litres/minute représentant votre débit. (Source www.ecohair.be)

Pour plus d'informations :

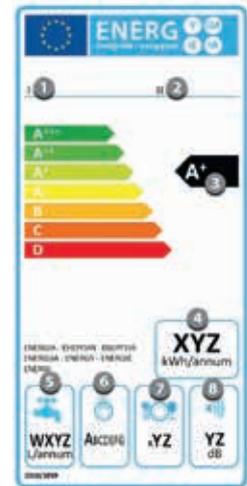
<https://swde.be/fr/infos-conseils/leau-et-votre-sante/l-eau-votre-partenaire-sante>

POLLUTION DE L'AIR

L'industrie, la circulation, les activités ménagères, l'agriculture et l'horticulture sont les principales causes de la pollution de l'air. La production et la distribution d'énergie n'y sont pas étrangères non plus.

Consommation d'énergie

L'industrie est très énergivore. En tant que consommateurs, nous utilisons nous aussi d'importantes quantités d'énergie, que ce soit en voiture, à la mai-



son ou au travail. Les émissions de substances nocives liées au chauffage d'une entreprise dépendent fortement des conditions météorologiques. Les hivers rudes s'accompagnent d'une hausse de la consommation d'énergie qui, à son tour, se traduit par une augmentation de la dispersion de polluants atmosphériques.

La production et la consommation d'énergie génèrent un dégagement de substances nocives qui viennent polluer l'environnement. Le pétrole, le gaz, le charbon et l'uranium permettent d'alimenter les centrales énergétiques, mais ces substances émettent notamment du dioxyde de carbone (CO₂) et du soufre (S).

Pour chauffer l'eau, on utilise du gaz ou de l'électricité. Les substances libérées par la combustion de gaz naturel et par la production d'électricité sont le CO₂ et le dioxyde d'azote (NO₂). L'émission de NO₂ provoque une acidification de l'environnement et un smog « photochimique » (ozone) lors de journées estivales. La combustion de combustibles fossiles tels que le charbon, le gaz et le bois (émission de CO₂) entraîne une augmentation de la concentration terrestre de certains gaz à effet de serre, ce qui renforce l'effet de serre.

Effet de serre

Les gaz à effet de serre sont des gaz naturellement présents dans l'atmosphère, qui laissent passer les rayons du soleil et absorbent une partie de la chaleur émise par la Terre. Cet effet de serre naturel permet de maintenir une température correcte sur Terre. Les activités humaines peuvent dégager d'autres gaz à effet de serre dans l'atmosphère, ce qui entraîne une hausse de la concentration de ces gaz et renforce l'effet de serre naturel. La température d'équilibre de la Terre va dès lors augmenter, c'est pourquoi on parle de réchauffement climatique. Outre le CO₂, les principaux gaz qui causent l'effet de serre sont l'ozone (constitué notamment d'azote), les oxydes (hydrocarbures et monoxyde de carbone) et les CFC (gaz propulseurs, production industrielle).



CFC

L'abréviation CFC fait référence à une liaison de chlore (CL), de fluor (F) et d'hydrocarbure (CnHm). Les fabricants utilisent des CFC comme liquides frigorigènes dans les installations de réfrigération (procédé à présent interdit) et comme gaz propulseurs dans les aérosols. Ces gaz mettent des années à se dégrader. Une fois libéré dans l'atmosphère, le chlore endommage la couche d'ozone et contribue à l'effet de serre. La couche d'ozone filtre une partie des rayons ultraviolets du soleil. Si cette couche de protection est détruite, l'augmentation des rayons ultraviolets aura des effets néfastes sur l'homme (cancer de la peau) et sur les animaux.

Ozone

L'ozone est un gaz instable qui, dans des concentrations élevées, peut être néfaste pour la santé. De l'ozone se forme lors de traitements esthétiques requérant l'utilisation de matériel spécifique. Pensons par exemple aux appareils à haute fréquence, aux lampes à bronzer, aux appareils de pulvérisation du visage à action ionisante et ozonisante et aux vapozones. Outre les causes susmentionnées, il existe encore d'autres sources de pollution atmosphérique, telles que la poussière domestique, les produits de nettoyage, les vapeurs de cosmétiques, les revêtements de sols, de murs et de plafonds. La fumée de cigarette peut aussi fortement polluer l'atmosphère. Fumer est dès lors néfaste non seulement pour le fumeur lui-même, mais aussi pour la personne qui se trouve dans le même local (tabagisme passif). Il est difficile d'éliminer totalement les substances nocives qui se trouvent dans l'atmosphère. Il importe néanmoins d'en prévenir la dispersion.

Mesures de prévention

Optez pour de l'énergie verte : la production d'énergie verte ne génère pas d'émissions de CO₂ ni de NO₂, contrairement à la production d'énergie traditionnelle. Optez donc pour la durabilité énergétique en choisissant un fournisseur d'électricité verte. Isolez correctement l'entreprise. Pensez à la rentabilité lorsque vous remplacez une ancienne installation de chauffage et optez pour une installation économique. Fermez portes et fenêtres lorsque le chauffage est allumé. Veillez à ce que l'espace de travail soit bien ventilé. Imposez une interdiction de fumer sur le lieu de travail. Investissez dans des appareils peu énergivores portant le label A, un label qui exprime le score énergétique selon 7 classes d'efficacité énergétique. Ces classes vont d'une 'consommation d'énergie très faible' (A+++), à une 'consommation très élevée' (G). Lors de l'achat d'un nouvel appareil électrique, soyez attentif à ce label énergétique, car la consommation d'énergie est au moins aussi importante que le prix d'achat. N'utilisez pas d'aérosols. Même s'ils ne contiennent désormais plus de CFC, d'autres polluants y sont encore présents. Évitez les produits contenant des solvants (peintures, détergents, laques). Diminuez le chauffage et éteignez la lumière lorsque vous quittez la pièce.

Utilisez des lampes LED et des lampes économiques au lieu de lampes à incandescence. Ne mettez pas les appareils en veille : ce mode continue à consommer. Débranchez les chargeurs (GSM, ordinateur portable) une fois la batterie chargée. Le chargeur consomme de l'électricité en permanence.

Consommez moins et mieux : réduisez votre empreinte écologique et privilégiez les produits locaux. L'empreinte écologique est un chiffre qui reflète la surface biologiquement productive de terres et d'eau nécessaire pour maintenir notre niveau de consommation et pour absorber les déchets ainsi générés. De nombreuses études démontrent que dans le Nord, notre empreinte est souvent celle de pieds de géants.

Conseil pratiques

http://economie.fgov.be/fr/penurie_electricite/je_reduis_ma_consommation/Conseils_menages/#.Vp99Jbf2bv0
www.commerce-eclair.be

POLLUTION DES SOLS

À de nombreux endroits de notre pays, les sols ne sont plus sains. Les sols ont été pollués à des endroits où des activités à risques ont (eu) lieu. Des substances toxiques se dispersent dans les sols, notamment suite à l'utilisation d'agents chimiques et de produits industriels, agricoles et de consommation. Cette pollution a des effets indésirables sur le fonctionnement de l'écosystème et sur la santé publique. La Région wallonne gère une politique de protection des sols afin d'éviter qu'un sol pollué puisse avoir des conséquences néfastes, entre autres sur la population. Au niveau régional, des mesures sont prises pour prévenir la pollution des sols. Ainsi, le décret du 11 mars 1999 relatif au permis d'environnement prévoit l'obligation d'entretenir une citerne à mazout, de la faire inspecter et de la faire contrôler régulièrement par un technicien agréé suivant la procédure définie par le gouvernement wallon. Conformément au décret relatif à l'assainissement des sols, une étude de sol doit être effectuée à différents moments (vente, arrêt, périodique) lorsque des établissements à risques se sont trouvés ou se trouvent encore sur un sol.

Consultez les rubriques 'permis et prévention' du site <http://environnement.wallonie.be>.

La Wallonie a décidé de prendre soin de ses sols et, pour s'en assurer, elle leur a consacré un décret, celui du 5 décembre 2008. Au sein du Département des Sols et des Déchets, deux directions sont spécialement chargées de le mettre en œuvre. La Direction de l'Assainissement des Sols et la Direction de la Protection des Sols unissent leurs efforts pour permettre un avenir meilleur au sols wallons. Le Département des Sols et des Déchets a publié une brochure présentant des conseils pour éviter ou réduire les risques de pollution. Ces conseils restent indicatifs pour les dépôts de moins de 3000 litres mais ils deviennent obligatoires pour les dépôts d'une capacité égale ou supérieure à 3000 litres.

Pour choisir ses produits, Mélanie tient compte des efforts fournis par l'industrie en matière d'environnement et de santé. Le fournisseur de sa ligne de cosmétiques lui garantit que la production se fait exclusivement à partir des meilleures matières premières et d'électricité durable.

A Prévention

B Réutilisation

C Recyclage

D Compostage

E Incinération

F Mise en décharge



DÉCHETS

Nous utilisons et consommons beaucoup de matériaux, de matières premières et d'énergie. Les matières premières deviennent de plus en plus rares et, donc, de plus en plus chères. Une solution à ce problème réside dans la fermeture des cycles de matériaux. Dans ce cadre, il est essentiel que les déchets soient collectés à la source de façon sélective. Plus ce processus se déroulera efficacement, plus le recyclage et le traitement ultérieurs s'en trouveront facilités. Chaque année, nous produisons des montagnes de déchets, qui sont en grande partie réutilisés. Environ 95% des emballages ménagers commercialisés en Belgique reçoivent une seconde vie (p. ex. : les cartons à boissons sont recyclés en papier domestique). Les entreprises sont elles aussi obligées de trier certains déchets.

Les régions et les déchets

En Belgique, ce sont les régions qui sont responsables de la gestion des déchets. Les régions sont très critiques vis-à-vis de la combustion et du traitement des déchets. La Directive Européenne en matière de déchets forme la base de la politique de déchets européenne. En Région wallonne, tout un dispositif de gestion des déchets a été mis en œuvre. Le cadre légal est le décret wallon du 27 juin 1996. Le décret prévoit de 'protéger l'environnement et la santé de l'homme de toute influence dommageable causée par les déchets, dans une approche intégrée de la réduction de la pollution'. L'accent porte en premier lieu sur la prévention, la réutilisation et le recyclage. Les déchets devant faire l'objet d'un tri obligatoire en entreprise sont notamment le papier-carton, les PMC, les bouteilles et contenant en verre, le bois, les piles et accumulateurs, les déchets d'équipement électriques et électroniques. Dans la Région de Bruxelles-Capitale, la politique des déchets est principalement établie par l'ordonnance en matière de prévention et de gestion des déchets.

Pour traiter les déchets de manière adéquate en fonction de leur nature (recyclage, valorisation, incinération ou mise en décharge), il est indispensable de collecter et de trier ses déchets de manière correcte. Ainsi, par exemple, pour pouvoir recycler les différentes matières, il faut qu'elles arrivent dans les usines de recyclage séparées les unes des autres. Ce sont des intercommunales qui sont en charge de la gestion des déchets ménagers. Chaque intercommunale a mis sur pied un système de gestion des déchets adapté aux spécificités de sa région. Ainsi, les systèmes existants varient en fonction de la commune dans laquelle on habite et de l'intercommunale qui en a la charge.

Pour plus d'informations :

<http://les.cahiers-developpement-durable.be/outils/gestion-des-dechets-menagers/>

<http://eco-conception.be/fr/ecoconception.html>

<http://environnement.wallonie.be>

www.ucm.be/environnement

www.environnement.brussels

Les trois régions se basent pour ce faire sur la même hiérarchie du traitement des déchets selon le modèle suivant : L'échelle de Lansink. Pour le tri des déchets, la priorité est donnée aux méthodes de traitement qui respectent le plus l'environnement. Constituée de différents échelons, l'échelle de Lansink commence par la méthode la plus écologique (la prévention) et se termine par la méthode la plus polluante (la mise en décharge). La Région wallonne veille à ce que les déchets gravissent le plus d'échelons possible. Si une action ne peut être réalisée, il faut passer à l'échelon inférieur. Concrètement : il faut éviter de produire des déchets ou il faut les réutiliser. Lorsque ce n'est pas possible vient l'option du recyclage, suivi de la récupération d'énergie, de l'incinération et, en dernier lieu seulement, de la mise en décharge.

A. Prévention

La meilleure méthode consiste à prévenir la création de déchets et à éviter que la montagne d'ordures ne grossisse et que des substances dangereuses ne détruisent notre planète. À votre niveau, vous pouvez veiller à ne pas faire augmenter la quantité de déchets, par exemple en utilisant des sacs à provisions au lieu de sachets en plastique, en apposant l'autocollant « Pas de publicités » sur votre boîte-aux-lettres et en achetant des piles rechargeables. Celles-ci sont plus écologiques que les piles normales. Les piles contiennent des substances nocives pour l'environnement et doivent être triées avec les petits déchets chimiques. La fabrication de piles nécessite également beaucoup d'énergie et de matières premières, et s'accompagne d'importantes émissions de CO₂. C'est pourquoi les piles rechargeables sont beaucoup moins polluantes et deviennent rapidement plus intéressantes financièrement. Recharger une pile coûte environ 0,4 cent ; le surcoût est donc déjà récupéré après six chargements.



B. Réutilisation

Parfois, il est impossible d'éviter certains types de déchets. La réutilisation du produit mis au rebut sans qu'il ne subisse de modification constitue une option écologique : la matière première et l'énergie sont à nouveau mises à profit. Les meubles, les jouets, les appareils électriques et les vêtements trouvent ainsi de nouveaux propriétaires dans les magasins de seconde main. Les bouteilles vides en verre sont rincées et réutilisées.

C. Tri et recyclage

Certaines matières premières présentes dans les déchets peuvent être réutilisées, comme le plastique, le papier, le verre et le métal. Une fois triées, elles sont transformées en un produit nouveau. Elles peuvent servir de matières premières à la fabrication d'un produit identique, mais aussi d'un autre produit (p. ex. : 55 bouteilles en plastique permettent de fabriquer un sac de couchage, 27 bouteilles un pull polaire). Mieux les déchets sont triés à la source, plus leur traitement et leur recyclage ultérieurs s'en trouvent facilités. C'est



la raison pour laquelle la législation prévoit l'obligation de stocker et d'évacuer séparément les catégories de déchets différentes. Parmi les déchets qui se présentent chez les esthéticiens, les catégories ci-dessous, entre autres, ne peuvent pas être triées avec les déchets résiduels :

Les déchets ménagers non recyclables ou déchets tout-venant sont, généralement, incinérés. P. ex. : papier souillé, papier aluminium, films plastiques, fardes à anneaux, gobelets en plastique, vieilles photos, frigolite, ...

Le papier et le carton sont recyclés pour être réintroduits dans la fabrication du papier ou du carton. Une fibre de papier peut être recyclée jusqu'à 5 fois, mais nécessite toujours un apport de matières premières neuves. P. ex. : papier blanc ou de couleur, dépliants publicitaires sans film plastique autour.

Les PMC : les bouteilles et flacons en plastique, les emballages métalliques et les cartons à boisson sont triés dans des centres spécialisés et recyclés en fonction de leur nature. P. ex. : bouteilles en plastique d'eau, cannettes, couvercles en métal. Déposez les aérosols

NOUS AVONS LE DROIT D'UTILISER LES RESSOURCES NATURELLES, MAIS NOUS AVONS AUSSI LE DEVOIR DE LES PRÉSERVER POUR LES PROCHAINES GÉNÉRATIONS

cosmétiques dans les PMC ou au parc à conteneurs et prenez des précautions : votre bombe aérosol doit être vide. Ne pas la percer ni la brûler.

Les bouteilles, flacons, bocaux en verre :

sont collectés dans les bulles à verre pour être recyclés afin de réintégrer la production de nouveaux verres. Le verre peut être recyclé à l'infini.

Les PDD : (Petit déchets dangereux) : les huiles et déchets spéciaux sont collectés dans les parcs à conteneurs et traités dans des usines spécialisées en fonction de leur nature. Certains sont recyclés (comme les huiles de friture qui peuvent devenir des biocarburants), d'autres sont traités pour les rendre moins dangereux pour l'environnement ou mis en décharge spécialisée. P. ex. : colle, liquide correcteur, ...

Les textiles sont collectés dans des conteneurs spéciaux. Des entreprises spécialisées les revendent dans des magasins de seconde main ou les transforment en torchons ou en matériau d'isolation.

Les encombrants et inertes sont collectés en porte-à-porte ou dans les parcs à conteneurs. Ils sont traités ou recyclés par des organismes spécialisés en fonction de leur nature ou mis en décharge. P. ex. : tables, chaises, miroirs, ...

Les déchets de soins de santé sont insérés dans un conteneur spécifique, étanche et fermé ou dans une boîte auto-scellée. P. ex. : pansements, compresses, seringue, ...

Les lampes halogènes, ampoules économiques, tubes TL, néons e lampes LED sont des déchets spécifiques, soumis à l'obligation de reprise.

Passer au crible les équipements de l'entreprise, évaluer le stock de façon critique, utiliser des matériaux durables et sensibiliser les collaborateurs aux questions d'environnement et de coûts sont des options bénéfiques pour la politique de prévention. La communication interne et la sensibilisation favorisent l'implication de chacun. Il y a lieu de prévoir un espace où mettre les poubelles, avec des logos représentant les différents contenus : papier et carton, PMC, déchets résiduels et PDD.

De petits gestes simples qui font la différence :

Soyez parcimonieux avec les cosmétiques. Sensibilisez le fournisseur à la question de l'expédition et de l'emballage des cosmétiques : le suremballage génère énormément de déchets. Demandez-lui de ne pas emballer les produits plus que de nécessaire, de regrouper les envois et d'éviter la frigolite. Veillez à ce que les emballages, les flacons, les bouteilles soient complètement vides. Choisissez des produits et des traitements qui génèrent moins de déchets chimiques. Optez pour du papier sanitaire recyclé non coloré. Utilisez des distributeurs de savon mousse. Ce type de savon permet de réaliser des économies de 50%. Choisissez des produits de nettoyage écologiques, réduisez-en l'utilisation au strict minimum et achetez-en maximum 4 : un pour l'intérieur, un pour les miroirs, un pour les sanitaires et un pour le sol. Ne mélangez pas les détergents : ces mélanges provoquent des émanations de gaz et de vapeur. Utilisez moins de désinfectants et appliquez un système de dosage. Remplacez certains matériaux jetables par des alternatives durables. Optez pour des récipients consignés. Vous les reconnaîtrez à la présence de logos spécifiques :



La boucle de Möbius est le logo universel des matériaux recyclables depuis 1970. Un emballage ou un objet qui porte ce logo peut être recyclé et doit donc être déposé dans la poubelle adéquate.



Si vous voyez un logo Point vert sur un emballage, cela signifie que l'entreprise qui met ce produit emballé sur le marché participe au financement des collectes sélectives, du tri et du recyclage des emballages ménagers. Le Point vert est utilisé dans toute l'Europe. Ce n'est donc pas un symbole écologique ni une instruction de tri.

Les organismes publics spécialisés donnent des conseils aux entreprises, vérifient que la réglementation est bien appliquée et organisent des scénarios de collecte pour éliminer ou recycler des déchets de différentes natures. En Wallonie, il s'agit de l'Office wallon des déchets (OWD) et dans la Région Bruxelles-Capitale de l'institut bruxellois pour la gestion de l'environnement (IBGE).

En tant qu'entreprise, vous avez deux possibilités : soit vous faites enlever vos déchets par une société privée de collecte des déchets, soit vous faites appel au service communal de collecte des déchets. De nombreuses communes autorisent les PME à évacuer différentes catégories de déchets (déchets résiduels, PMC, papier et carton) avec le ramassage régulier des ordures ménagères. La situation varie toutefois d'une commune à l'autre. Les communes ne sont pas obligées d'emporter les déchets d'entreprises lorsqu'elles ramassent les ordures ménagères. Renseignez-vous auprès du service environnement de votre commune afin de savoir si votre entreprise peut profiter du service de ramassage communal.

Consultez la liste des sociétés de collecte
<http://environnement.wallonie.be/owd/entagree/>

Collecte communale versus collecte privée

Les intercommunales de déchets proposent deux types de collecte des déchets. La collecte en porte-à-porte récolte les déchets ménagers, les déchets organiques, les déchets d'emballage (PMC, papier/carton, verre) et les encombrants. Cette collecte se fait à l'aide de conteneurs à puce ou de sacs (libres, payants ou munis d'une étiquette/vignette payante). Les modalités de la collecte diffèrent d'une intercommunale à l'autre. Il y a ensuite les centres d'apport volontaire, qui sont à disposition des particuliers qui viennent y déposer gratuitement leurs déchets (parcs à conteneurs, bulles à verre, coins verts en Région Bruxelles-Capitale, etc.).

Contrat de collecte

En tant que producteur de déchets, vous êtes légalement obligé de conclure un contrat avec le collecteur de déchets de votre entreprise. Les fractions à séparer sont les PMC, le papier/carton, le verre, le bois, les végétaux, les déchets dangereux, les déchets faisant l'objet d'une obligation de reprise (piles, huiles alimentaires,...) et les déchets résiduels. Le contrat est obligatoire si le volume des déchets de l'entreprise de PMC (bouteilles et flacons en plastique, emballages métalliques, cartons à boisson) est supérieur à 50 litres par semaine ; le volume de papier/carton supérieur à 30 litres par semaine et le volume résiduel supérieur à 30 litres par semaine.

Vous devez pouvoir fournir la preuve de l'existence de ce contrat de collecte jusqu'à deux ans après la fin du contrat. Notons que les factures ou une attestation du collecteur enregistré peuvent tenir lieu de preuves s'ils mentionnent au minimum l'identité des parties au contrat, la nature des déchets, la capacité des conteneurs collectés et les fréquences et lieux de collecte. Autre cas de figure : l'entreprise, qui amène directement ou via un transporteur de déchets ses déchets auprès d'une installation de traitement, doit aussi pouvoir le prouver à l'aide d'un reçu à conserver pendant 2 ans.

D & E. Combustion

Certains déchets ne peuvent pas être recyclés non plus. Il faut donc les incinérer de manière écologique. La plupart des installations d'incinération tentent de récupérer l'énergie dégagée pour produire de l'électricité et de la chaleur.

F. Mise en décharge

C'est la dernière option. Les déchets ne sont mis en décharge que lorsqu'il est impossible de les incinérer (dalles en céramique, cuvettes de w.-c., ...). Les dépôts clandestins sont interdits par la loi. Les déchets doivent être ramassés par un collecteur de déchets qui choisira une méthode de traitement adaptée en fonction des propriétés et de l'origine des déchets.

Informations concernant les obligations en matière de déchets et bonnes pratiques

www.ucm.be/environnement - www.trierautravail.be -

www.moinsdedechets.wallonie.be - www.bebat.be -

www.environnement.brussels

Conseils pratiques concernant l'énergie, l'eau et les déchets

www.ecohair.be

7. EMBELLISSEMENT DES *LIEUX DE TRAVAIL*

PAR 'EMBELLISSEMENT', ON ENTEND L'AMÉLIORATION DES ASPECTS ESTHÉTIQUES ET VISUELS DE L'AMÉNAGEMENT INTÉRIEUR. LA LÉGISLATION NE COMPORTE AUCUNE EXIGENCE SPÉCIFIQUE EN LA MATIÈRE, MAIS CET ÉLÉMENT CONSTITUE UNE FACETTE IMPORTANTE DU DÉVELOPPEMENT DE L'IMAGE DE L'INSTITUT. LES MATÉRIAUX ET LA COMBINAISON DE COULEURS CHOISIS POUR AMÉNAGER LE LIEU DE TRAVAIL ET LES AUTRES ESPACES DE DÉTENTE PERMETTENT AU CLIENT DE S'Y RELAXER ET AU COLLABORATEUR D'EFFECTUER SON TRAVAIL DANS UN ÉTAT D'ESPRIT OPTIMAL.



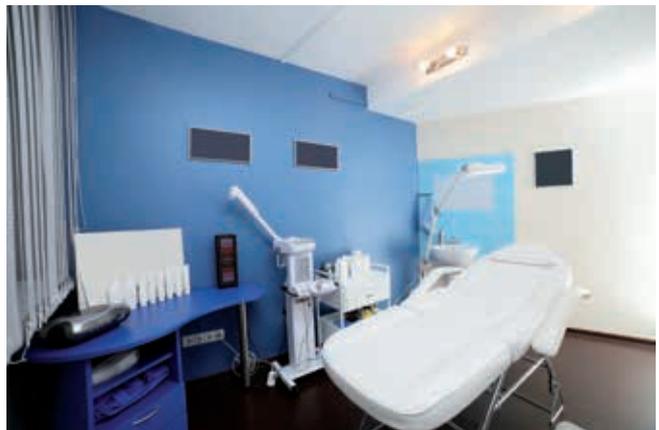
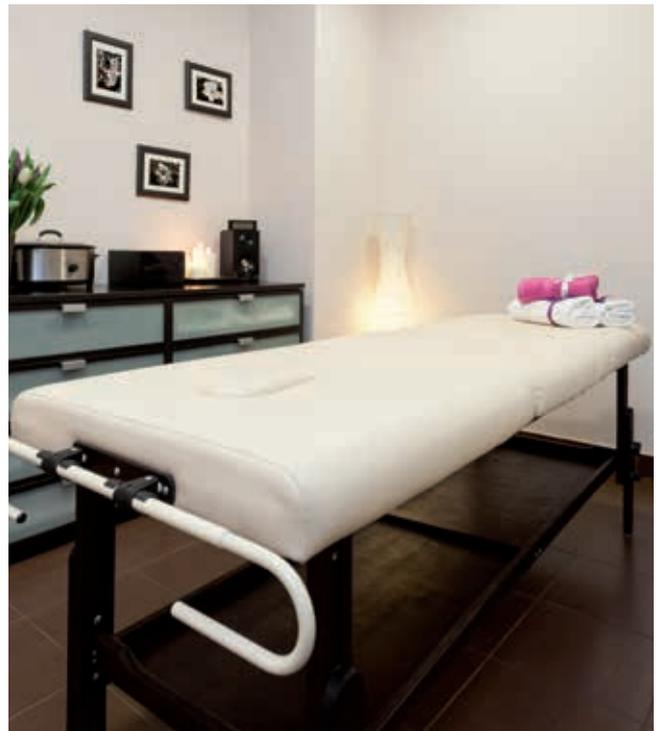
Des matériaux à absorption acoustique sont utilisés pour contrer les réflexions de bruit (effet « caisse de résonance »). L'acier, le béton et le verre (surfaces lisses) réfléchissent le bruit, ce qui fait augmenter le niveau sonore. Les rideaux et certains types de tapis, par contre, atténuent le bruit. Les couleurs ont une signification et présentent aussi une dimension culturelle. Pensons à la couleur blanche : dans la religion, elle symbolise la fête, la lumière, la pureté et l'unité entre nous tous. Lorsqu'on tente de blanchir de l'argent, on essaie en réalité de se faire pardonner un péché. Ce qui est blanc est exempt de péché. La couleur influence l'humeur de celui qui la regarde (le client, le collaborateur). Elle est donc importante pour le logo, la charte graphique et l'aménagement de l'institut.

Deux exemples

Le rouge est une couleur chaude qui représente l'énergie, la virilité et le courage physique, même si souvent, elle déclenche aussi révolte et tensions. Le rouge est également la couleur du sexe, du pouvoir, de la passion et du danger. Ce n'est pas un hasard si nous nous arrêtons au feu rouge : cette couleur indique la présence d'un danger. Le rouge est aussi une couleur puissante qui convient parfaitement pour accentuer certaines choses (p. ex. : les soldes ou les réductions). Le bleu est une couleur froide, apaisante et neutre. Les teintes foncées évoquent une forme d'autorité et de savoir, mais conservent une certaine distance. Les nuances plus claires, qui font référence à l'eau et à la mer, sont davantage associées au repos, à la franchise et à l'espoir. Le bleu ciel symbolise la fidélité, la responsabilité et la sécurité. Le bleu de la mer et du ciel nous ouvre les yeux et nous offre une vision claire de toutes les possibilités. C'est la raison pour laquelle il représente la liberté universelle et l'ouverture.

Faites les bons choix

Les choix esthétiques doivent être confrontés aux normes de sécurité et de santé. Une mauvaise aération ou un éclairage déficient peuvent être gênants et provoquer du stress. Ce domaine touche également aux aspects ergonomiques et à l'environnement. Les portes et parois en verre, la moquette, les peintures nocives, le mobilier professionnel (chaises, tables de massage) peuvent poser un problème s'ils ne sont pas utilisés avec soins et en toute connaissance de cause. Lorsqu'on planifie des travaux d'embellissement, le fournisseur et, éventuellement, le conseiller en prévention ergonomique du SEPTT peuvent donner de bons conseils.



Conseils

Lorsque vous choisissez votre peinture, optez de préférence pour un type de peinture contenant le moins de solvants possible. La peinture à base d'eau contient moins de substances organiques volatiles et est moins néfaste pour la santé et l'environnement, mais comporte par contre des substances qui peuvent polluer l'eau. N'achetez pas plus de peinture que nécessaire et ne jetez pas de restes dans l'évier. Les restes de peinture, laque et vernis doivent être triés avec les petits déchets dangereux (PDD). Choisissez de préférence des produits durables : ceux-ci ont un impact moins important sur l'environnement tout au long de leur cycle de vie et offrent toutes les garanties sociales et éthiques. Ils sont généralement porteurs d'un label de qualité.



Quelques exemples



Ecolabel 'Faites une fleur à l'environnement'

Le produit respecte l'environnement et satisfait aux critères d'attribution fixés. Ce label est exclusivement attribué aux produits ayant un impact limité sur l'environnement. Exemple : un revêtement de sol synthétique est relativement polluant, tant au niveau de sa production qu'au niveau du traitement des déchets. Lorsque certains tapis synthétiques entrent en contact avec des solvants, ils créent des émanations toxiques. Privilégiez dès lors les fibres naturelles comme le sisal, le coco ou le jute. Le véritable linoléum est composé de farine de bois, de farine de liège, d'huile de lin et de colorants, assemblés avec une colle à base de latex naturel. Le linoléum est un produit qui respecte l'environnement tout au long de son cycle de vie.



Label international 'natureplus'

L'écolabel international teste les matériaux et produits de construction en fonction de critères relatifs à l'environnement et à la santé. Le label identifie les produits à privilégier pour construire des bâtiments durables.



Label FSC 100%, FSC Mixte ou FSC Recyclé

Le certificat FSC de sylviculture responsable garantit que le produit provient d'une forêt bien gérée, est d'origine responsable ou a été fabriqué avec des matériaux recyclés.

Pour plus d'informations :

www.environnement.wallonie.be

CONCLUSION

Il aura fallu une petite année de travail pour que le 'Risktrainer' pour les esthéticiens devienne un beau fascicule. Ce document se veut être un ouvrage de référence et de consultation. La table des matières détaillée peut vous servir de guide lors de votre lecture. Bien que nous ne pratiquions pas de métier à 'risques', il est capital de rester vigilants, d'être bien renseignés sur les éventuels pièges à éviter, d'avoir des connaissances de base de la réglementation, aussi bien en tant que collaborateur qu'en tant qu'employeur passionnés par ce métier. Il convenait donc de structurer ce large éventail de sujets.

La sécurité au travail n'est pas mise en exergue par hasard. Tout collaborateur ou employeur a droit à un lieu de travail agréable, organisé en toute sécurité. Il en découlera une plus grande productivité. Une posture correcte, des meubles adaptés au corps et l'ergonomie vont également nous permettre d'exercer nos activités professionnelles dans la durée. Si nous appliquons les principes de base dans nos salons, cela sera bénéfique pour nos clients, dont le bien-être nous importe, tant sur le plan professionnel qu'humain. Ce thème méritait donc bien que l'on s'y attarde. Prendre les dispositions nécessaires afin de préserver au maximum notre environnement doit être une préoccupation et une obligation pour tous.

Dans le chapitre « Environnement », les différentes formes de pollution sont abordées, tout comme les obligations y afférant. Qu'un large chapitre soit consacré à l'hygiène semblera évident à tout esthéticien. Il n'est pas inutile de dresser l'inventaire de toutes les mesures visant à promouvoir l'hygiène sur le lieu de travail.

Nous connaissons toutes les mesures à prendre mais leur évidence nous les fait oublier. De plus, les esthéticiens doivent d'abord s'occuper d'eux-mêmes.

Plus que dans d'autres professions, l'hygiène personnelle est primordiale. « Mens sana in corpore sano » : un esprit sain dans un corps sain. Cette citation résume bien ce que nous entendons par bien-être psychosocial. Dans ce manuel, nous avons mis la lumière sur les facteurs susceptibles d'ébranler notre bien-être. Un environnement de travail agréable ne peut être que bénéfique pour la motivation de l'esthéticien et la satisfaction du client. Nous nous sommes également attardés sur la santé de nos esthéticiens et de leurs clients. Pour concrétiser ces objectifs et les rendre plus visuels, nous avons ajouté des citations, des logos, des symboles et des témoignages.

En tant que fédération nationale et professionnelle des esthéticiennes et esthéticiens, l'Union Nationale des Esthéticiennes de Belgique (UNEB) recommande vivement l'utilisation du « Risktrainer » à tous les professionnels actuels et futurs, ainsi qu'aux formateurs et enseignants. Nous espérons que ce manuel incitera les esthéticiens à améliorer leur environnement de travail.

Ont participé à la réalisation de cet ouvrage :
Mesdames Anne Bertrand et Sofie Leyten.

Nadine Salembier - Présidente de l'UNEB

LIENS UTILES

www.belgium.be
www.beswic.be
www.bruxellesenvironnement.be
www.coprant.be
www.eco-conception.be
www.emploi.belgique.be
www.energie.wallonie.be
www.environnement.wallonie.be

www.espace.cfwb.be
www.fbz-pc314.be
www.fmp-fbz.fgov.be
www.fostplus.be
www.healthy-workplaces.eu
www.hydrobru.be
www.es.cahiers-developpement-durable.be
www.osha.europa.eu

www.respectautravail.be
www.safestart.be
www.sobane.be
www.spge.be
www.swde.be
www.uneb-nube.be



SOURCES

Sources

1. Directive 89/391/EEC - OSH « Directive-cadre » du 12 juin 1989 concernant la mise en œuvre de mesures visant à promouvoir l'amélioration de la sécurité et de la santé des travailleurs au travail
2. Loi du 4 août 1996 relative au bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail (M.B. 18.9.1996)
3. Commentaires sur la loi du bien-être - SPF ETCS
4. L'arrêté royal du 23 mars 1998 relatif à la politique du bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail, principes généraux (M.B. 31.3.1998)
5. L'arrêté royal du 28 mai 2003 relatif à la surveillance de la santé des travailleurs, mesures (M.B. 16.6.2003)
6. L'arrêté royal du 10 avril 2014 relatif à la prévention des risques psychosociaux au travail (M.B. 28.04.2014)
7. L'arrêté royal du 15 décembre 2010 relatif aux premiers secours dispensés aux travailleurs victimes d'un accident ou d'un malaise (M.B. 28.12.2010 ; erratum : M.B. 8.2.2011), modifié par l'arrêté royal du 9 mars 2014 (M.B. 10.4.2014)
8. Welzijn op het werk, een beschrijving van de taken en competenties van elke beroepsbeoefenaar - SERV 2004
9. Esthétique profil métier - référentiel des compétences professionnelles - SFMSQ
10. Exameneisen hygiëne, arbo en milieu - maison d'édition 'The Container' - Pays-Bas
11. Hygiëne, arbo en milieu - Bakens (theorie voor beroepen in de uiterlijke verzorging)
12. Starter et indépendant - UCM
13. Les salaires, les primes et les autres avantages du secteur - brochure CSC 2013
14. Liste des maladies professionnelles - FMP
15. Risktrainer pour le coiffeur - CP314
16. L'analyse des risques - SPF ETCS
17. LOiRA - Agence européenne pour la Sécurité et la Santé au Travail - EU-OSHA
18. Stratégie Sobane et guide de dépistage Deparis - Direction générale Humanisation du Travail
19. Introduction à la méthode Deparis
20. Fiche d'aide au repérage métier d'esthétique-cosmétique - Institut national de recherche et de sécurité (INRS)
21. Dermatitis de contact professionnelles dans le secteur de l'esthétique - Institut national de recherche et de santé (INRS)
22. Évaluation et prévention des risques chez les prothésistes ongulaires - Dossier Médico-technique (DMT)
23. Dermatoses professionnelles aux cosmétiques - DMT
24. Prévention des troubles musculosquelettiques (pour le coiffeur) - SPF ETCS
25. Ergonomische klachten bij nagelstyliste - Wellness Academie
26. Introduction du CLP dans l'entreprise : exemples pratiques - Conseiller en prévention Hygiène du travail
27. Les produits chimiques au travail : nouveau système d'étiquetage - SPF ETCS
28. Hygiène des mains, comment se nettoyer les mains avec de l'eau et du savon ? - IDEWE
29. CCT du 17 mars 2010 Vêtements de protection - Nettoyage et entretien des vêtements de travail - CP314
30. CCT du 11 mai 2009 Chapitre 5 - Mobilité et déplacement - CP314
31. CCT du 11 novembre 2004 relative à l'instauration d'un code sectoriel de non-discrimination - CP314
32. CCT n° 100 concernant la mise en œuvre d'une politique préventive en matière d'alcool et de drogues dans l'entreprise - rapport du CNT (Conseil national du travail)
33. Loi du 28 février 2014 relative au bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail quant à la prévention des risques psychosociaux au travail, notamment, la violence et le harcèlement moral et sexuel au travail (M.B. 28 avril 2014)
34. Guide pour la prévention des risques psychosociaux au travail - SPF ETCS / FSE
35. Conseils et outils pour mieux prévenir les risques psychosociaux sur votre lieu de travail 'Les risques psychosociaux. Mieux prévenir pour mieux travailler' - Agence européenne pour la Sécurité et la Santé au Travail - EU-OSHA
36. Portail environnement de Wallonie - Service public de Wallonie - SPW
37. La température sur le lieu de travail - Attentia
38. Savoir acheter - Districos
39. Éclairage & chauffage - WWF World Wide Fund for Nature
40. Thèmes environnementaux - environnement.brussels - europarl.europa.eu/portal/fr - environnement.wallonie.be
41. L'eau, votre partenaire santé - portail Société wallonne des eaux (SWDE) - Société publique de Gestion de l'Eau (SPGE) - Intercommunale bruxelloise de distribution et d'assainissement de l'eau Hydrobru
42. FAQ - Arrêté du Gouvernement wallon du 5 mars 2015 instaurant une obligation de tri de certains déchets
43. PMC ou déchets résiduels ? Suivez le guide du tri - Fostplus
44. Eco - concevoir pour mieux vous développer - portail eco-conception.be - ucm.be / environnement





Ce manuel a été rédigé à la demande et avec l'aide financière des partenaires sociaux de la CP314 (coiffure, soins de beauté et fitness). L'UNEB est le promoteur et l'éditeur responsable de ce manuel.

Le manuel est disponible auprès de l'UNEB dans la mesure des stocks disponibles. Vous pouvez également le consulter en ligne ou le télécharger (www.uneb-nube.be).

La reproduction de textes du manuel à des fins non commerciales est autorisée, moyennant la citation de la source et, s'il échet, de l'auteur de la brochure (UNEB).

Pour la reproduction à des fins commerciales, une autorisation préalable et écrite de l'UNEB est requise.

Nous remercions

les partenaires sociaux de la CP314,
les organisations syndicales CSC, FGTB, CGSLB,
les experts Corneel Ramselaar (médecin du travail IDEWE),
Jean-Yves MARION (conseiller en environnement UCM),
Perrine COLLIN (conseillère en éco-conception FNUCM),
Isabelle Moreau (bureau de traduction TeLoM),
le service études & statistiques du Fonds des Maladies professionnelles (FMP),
Karel Hoefkens (ergonome),
Sylvie De Keukelaere (Inspecteur filière soins corporels),
Jan Saelens (Dictricos),
Marc Hofman (Antares Wellness),
Melanie Devoldere (Kubee),
Roos Samyn (Lady Samy)

pour leur apport et appui lors de la rédaction.

**« LA BEAUTÉ
EST DANS LES YEUX
DE CELUI QUI REGARDE. »**

OSCAR WILDE

RISK*TRAINER*

POUR L'ESTHÉTIICIEN

UNEB UNION NATIONALE DES
ESTHÉTIICIENNES DE BELGIQUE

