



..... Ensemble pour la prévention



LIVRET TRAVAILLEURS SAISONNIERS



AVANT PROPOS

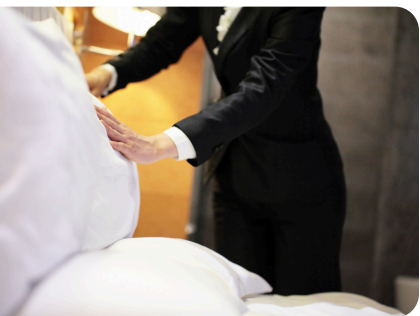
Vous êtes saisonniers,

La visite médicale d'embauche des travailleurs saisonniers est maintenant remplacée par une **Action de Formation et de Prévention**. Cette AFP est **valable 2 ans** pour un poste identique.

Votre médecin du travail et son équipe vous conseillent pour préserver votre santé et sécurité au travail. Vous pouvez aussi demander un rendez-vous pour toute question en lien avec votre santé au travail.

Tout métier comporte des risques. Adopter les bonnes postures, exécuter les bons gestes, porter les équipements adaptés... Au travail ou dans votre vie privée, « **avoir le réflexe prévention** » c'est éviter un accident, une blessure, savoir manipuler un produit dangereux avec précaution... Autant de conseils qui vous permettent de protéger votre santé et celles des autres...

Dans cette brochure vous retrouverez les **principaux risques professionnels** que nous avons abordés, avec vous ainsi que quelques **informations réglementaires**.



Sommaire

Sommeil	04
Alimentation	04
Conduites addictives	05
Activité physique	06
Manutention de charges Postures contraignantes	07
Exercices d'étirement au travail	09
Conditions climatiques	10
Risques chimiques	11
Risques biologiques	13
Machines et outils	13
Chutes de hauteur Chutes de plain pied	14
Ambiances sonores	15
Risques routiers	16
Risques Psychosociaux	17
Incendies, urgences	18
Fiche coordonnées de centre	19

SOMMEIL

Un sommeil de qualité permet de limiter la fatigue, la somnolence, les erreurs de jugement, l'irritabilité, les difficultés à se concentrer, les troubles de la mémoire et de prévenir le risque d'accident du travail.

QUE FAIRE ?

**Dormez
8h**

par nuit en moyenne

Pensez à

la micro sieste
entre 10 et 20min

Privilégiez

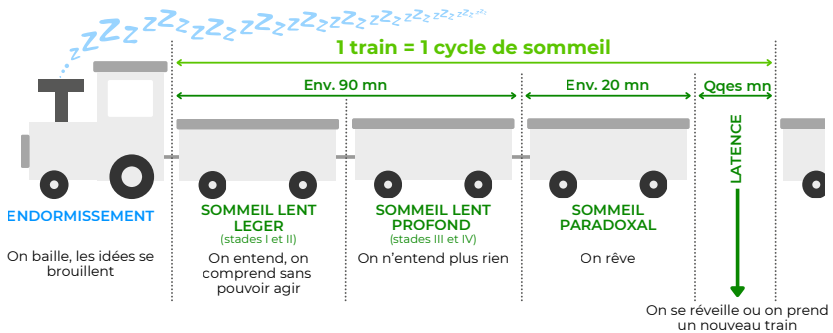
- une heure de coucher régulière
- un lieu calme et tempéré (18-19°C)
- respectez votre cycle de sommeil
« Train du sommeil »

Évitez

• les stimulants
(café, thé, boissons énergisantes, alcool)

et à proximité du coucher :

- les écrans
- de faire du sport
- un repas trop lourd ou trop léger



Le Code du Travail impose 11h consécutives de repos entre deux journées de travail

ALIMENTATION

Avoir un bon équilibre alimentaire contribue à favoriser une bonne santé et le bien être au travail.

QUE FAIRE ?

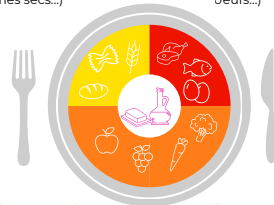
- Pensez à vous hydrater entre les repas (1.5L d'eau par jour) Lors de travaux physiques, surtout en extérieur; buvez fréquemment pour éviter la déshydratation et les coups de chaleur.
- Mangez assis, prenez le temps de bien mastiquer
- Privilégiez des plats « maison »
- Ne sautez pas de repas
- Ne grignotez pas
- Évitez les boissons alcoolisées
- Évitez les aliments trop gras ou trop sucrés
- Adaptez vos repas selon vos horaires de travail

Famille des féculents

(pâtes, riz, semoule, pomme de terre, pain, légumes secs...)

Famille des aliments

protidiques
(viandes, poissons, oeufs...)



**Famille des fruits
& légumes**

(plus il y en a, mieux c'est !)

**Famille des matières
grasses**

(huile, beurre, crème fraîche...)



**Famille de l'eau
et apparentés**



**Famille des
produits laitiers**



**Famille des
aliments gourmands**
(en option)

CONDUITES ADDICTIVES

L'addiction est une **dépendance psychologique et/ou physique et/ou comportementale** à une substance ou à une activité, entraînant une perte de contrôle malgré ses conséquences négatives. Elle peut concerner des comportements tels que la consommation de drogues illicites, de médicaments, d'alcool... ou encore des activités comme le jeu, l'utilisation de technologies (téléphone/applications/réseaux sociaux).



En cas de consommations de substances psychoactives*, un usage récréatif et ponctuel peut **mettre en danger** le consommateur et son entourage.

Chaque produit a un **temps d'élimination** qui lui est propre et qui varie selon des caractéristiques individuelles (poids, sexe).

Attention à vos habitudes de dosages :

Consultez notre plaquette [Addictions en milieu de travail](#) sur le site www.apst37.fr

EXEMPLE

Pour une personne de 70kg et 3 verres d'alcool standards consommés.

Temps moyen d'élimination :



4h20



5h00

Vigilance : un risque d'accident du travail peut perdurer sur des consommations de la veille.



1 bouteille de 75 cl
de whisky 40°



25
doses standards



1 bouteille de 75 cl
de vin ou de
champagne



7
doses standards



1 cannette de 50 cl
de bière 8,6° à 10°



4
doses standards



1 bouteille de 75 cl
d'apéritif



10
doses standards



Soyez vigilant l'usage excessif des écrans peut favoriser l'émergence d'une addiction.

*On appelle « drogue » toute substance psychotrope ou psychoactive qui perturbe le fonctionnement du système nerveux central (sensations, perceptions, humeurs, sentiments, motricité) ou qui modifie les états de conscience. Une drogue est un produit susceptible d'entraîner une dépendance physique et/ou psychique »

Pourquoi consomme-t-on ?

- Recherche de plaisir, apaisement, récompense en cas de mal être au travail/stress/contraintes pénibles au travail (horaires – charge de travail importante)
- Recherche de performance,
- Intégration (after work - apéritif)...

Quelles conséquences éventuelles ?

Troubles du sommeil – prise de risque par altération du jugement, baisse de la vigilance : risque accru d'accident du travail avec mise en danger des collègues, des usagers de la route, des clients...

QUE FAIRE SI VOUS VOUS SENTEZ EN DIFFICULTÉ AVEC VOS CONSOMMATIONS ?

SOLLICITEZ LE RÉSEAU DE SOINS

soutien / évaluation des consommations

- Médecin généraliste
- CSAPA 37 (Centre de Soin et d'Accompagnement et de Prévention en Addictologie) **02 47 47 77 30**
- Médecin du travail **02 47 37 66 76**

DES PLATEFORMES SONT À VOTRE DISPOSITION

- Alcool Info Service **0 980 980 930**
- Tabac Info Service **39 89**
- Drogues Info Service **0800 23 13 13**
- Ecoute Cannabis **0 980 980 940**
- Addictaide.fr
- Joueur Info Service **09 74 75 13 13**

Un collègue peut être en difficulté, restez vigilant et à l'écoute !

ACTIVITÉ PHYSIQUE

Bouger, un enjeu pour votre santé !

L'activité physique régulière est bénéfique pour son action sur le métabolisme, le psychisme, le sommeil, les douleurs ostéo-articulaires.

QUE FAIRE ?

Pratiquez une ou plusieurs activités physiques (30 minutes par jour minimum) permettant d'allier le cardio et le renforcement musculaire (marcher, danser, promener son chien, jardiner...).

La sédentarité est un fléau qui tue autant que le tabagisme



MANUTENTION DE CHARGES POSTURES CONTRAIGNANTES

Attention danger ! Votre dos est précieux.

80 %

des salariés souffrent du dos
mais ce n'est pas une fatalité, si on sait le préserver et le renforcer.

Agir avant qu'il ne soit trop tard pour ne pas mettre sa santé ni son travail en péril :

Le corps est un outil de travail irremplaçable dont il faut prendre grand soin

Apprenez à l'utiliser sans prendre de risque.

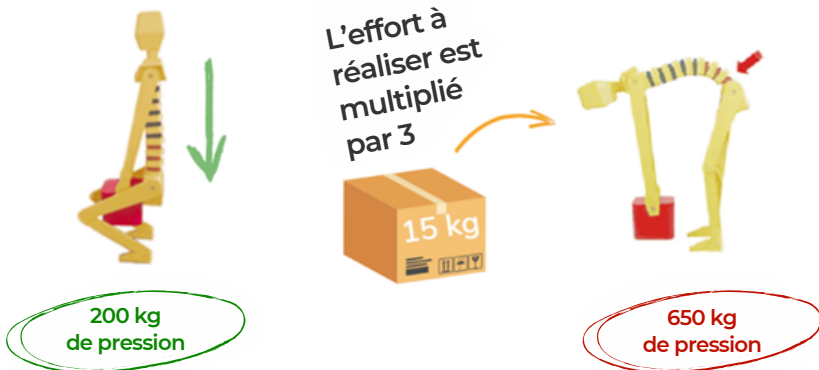
L'absence de douleur n'est pas forcément le signe que tout va bien

Soyez attentif aux premiers signes

Il est important de connaître ses possibilités mais aussi ses limites

Évitez d'entrer dans le cercle vicieux de la douleur

L'effort pour porter une charge de 15 kg n'est pas le même selon la posture adoptée :



QUE FAIRE ?

- L'échauffement au travail prépare le corps à l'effort, **réduisant ainsi le risque de blessures musculaires ou articulaires**. Il améliore la concentration et la vigilance, ce qui favorise la sécurité et l'efficacité. Enfin, il contribue à une meilleure circulation sanguine, augmentant les performances physiques et la souplesse.

- **Étirez-vous régulièrement pour éloigner les douleurs !** (à la prise de poste, et aussi souvent que possible dans la journée, avant tout effort physique important)



- **Alternez les mouvements** pour éviter la fatigue musculaire et les gestes répétitifs prolongés.

- **Évitez de rester longtemps dans la même position** (être debout, accroupi, penché) pour limiter les douleurs articulaires.

- **Gardez vos outils et matériaux à portée de main** pour limiter les déplacements inutiles et les gestes à risque.

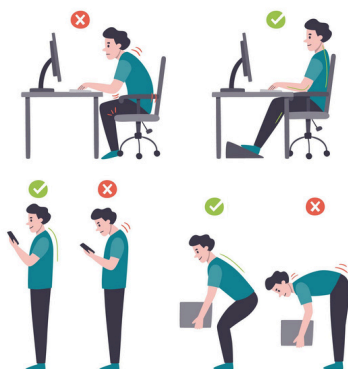
- **Utilisez des aides mécaniques** si possible : diables, chariots ou sangles pour soulever et transporter des charges lourdes...

- **N'hésitez pas à proposer votre aide ou de la demander à un collègue.**

- **Portez des chaussures de sécurité et des gants** pour protéger vos pieds et vos mains, surtout lors de travaux manuels ou en extérieur.

PENSEZ À PORTER ET BOUGER EN TOUTE SÉCURITÉ !

- **Adoptez une posture neutre** : gardez le dos droit, les épaules relâchées et évitez de vous pencher en avant. Si vous êtes assis, utilisez le dossier du fauteuil pour bien soutenir la courbure lombaire.
- **Soulevez correctement les charges** : pliez les genoux, serrez les abdominaux, et utilisez la force de vos jambes pour soulever. Évitez de pivoter le buste en portant une charge.
- **Changez de position régulièrement** : levez-vous toutes les heures, marchez un peu, ou faites des étirements pour éviter les tensions musculaires.
- **Renforcez vos abdominaux pour soutenir votre dos** : pratiquez des exercices quotidiens de renforcement pour stabiliser votre colonne vertébrale.



Même une minute par jour de gainage participe à renforcer son dos

EXERCICES D'ÉTIREMENT AU TRAVAIL



Haussement des épaules

Relever les épaules le plus haut possible et descendre doucement

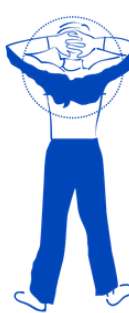
5 secondes 3 fois



Flexion du cou

Incliner la tête, l'oreille vers l'épaule. Attention à ne pas forcer.

15 secondes de chaque côté



Rapprochement des omoplates

Les mains derrière la tête, rapprocher lentement les omoplates pour tendre le haut du corps.

15 secondes



Étirement arrière du bras : triceps

Bras plié derrière la tête, prendre le coude dans la main et tirer légèrement le coude vers l'arrière et derrière la tête.

15 secondes de chaque côté



Étirement arrière de l'épaule : deltoïde

Bras plié devant soi, prendre le coude dans la main et tirer légèrement vers soi.

15 secondes de chaque côté



Flexion latérale du tronc : grand dorsal

Bras allongé au-dessus de la tête, incliner le haut du corps sur le côté.

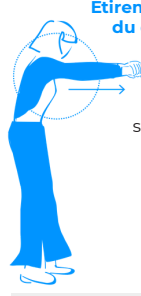
15 secondes de chaque côté



Étirement du dos et des bras

Bras tendus au-dessus de la tête, tirer légèrement les bras vers le haut en se courbant un peu en arrière.

15 secondes



Étirement du haut du dos : trapèze

Bras tendus devant soi, tirer légèrement sur les bras en se penchant vers l'avant pour étirer tout le haut du dos.

15 secondes



Rotation du tronc

Mains sur les hanches, tourner le bassin en regardant au-dessus de l'épaule. Mobilisez vos abdominaux

15 secondes de chaque côté



Étirement du mollet

Un pied devant l'autre, maintenir le talon de la jambe avant au sol, et relever le pied vers soi.

15 secondes de chaque côté



Rotation du pied

Appuyé à une chaise pour garder l'équilibre, tourner la cheville 5 fois dans un sens puis 5 fois dans l'autre.

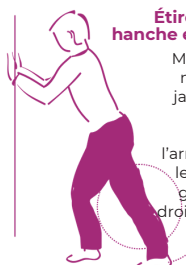
15 secondes de chaque côté



Étirement devant de la cuisse : quadriceps

Appuyé à une chaise, prendre le pied dans la main et presser le talon contre les fesses.

15 secondes de chaque côté



Étirement de la hanche et du mollet

Mains contre le mur, fléchir la jambe avant et l'autre jambe tendue vers l'arrière. Avancer les hanches en gardant le dos droit et les talons au sol.

15 secondes de chaque côté



Étirement de l'arrière de la cuisse : ischio-jambiers

Un pied devant l'autre, fléchir la jambe arrière et garder la jambe avant tendue en relevant les orteils. Mains sur la cuisse avant, pencher vers l'avant en pliant la taille

15 secondes de chaque côté

CONDITIONS CLIMATIQUES

Vous travaillez en **extérieur**, vous êtes exposé aux intempéries (pluie, vent, chaleur, froid...).

Vous travaillez en **intérieur**, vous pouvez être exposé à des températures élevées / basses, à l'humidité.

Ces conditions **augmentent les risques** de fatigue, maux de tête, déshydratation, crampes, coups de chaleur, malaise, gelures, hypothermie...



QUE FAIRE ?



Utilisez les Protections Collectives en place :

- climatisation,
- ventilateur,
- brumisateur,
- parasol...



Portez des vêtements adaptés à la température, à l'activité



Protégez-vous la tête et les yeux contre le soleil



Protégez vous la peau :

- en portant des manches longues (protection UV)
- avec de la crème solaire régulièrement renouvelée



Buvez régulièrement de l'eau (éviter les sodas) sans attendre d'avoir soif



Evitez les repas copieux, les boissons alcoolisées ou riches en caféine



Réalisez des pauses récupératrices : lieux chauffés ou climatisés, ombragés

Soyez vigilants pour vous et vos collègues !

RISQUES CHIMIQUES

L'exposition à des produits chimiques sous différentes formes (solide, liquide, gazeuse), peut provoquer des irritations, brûlures, allergies, intoxications, lésions oculaires...

Il est primordial de connaître les pictogrammes de danger :



GHS01
Matières explosibles (EX)



GHS02
Matières inflammables (IN)



GHS03
Matières comburantes (CB)



GHS04
Gaz sous pression (GZ)



GHS05
Matières corrosives (CR)



GHS06
Toxicité aiguë
catégorie 1, 2, 3 (TO)



GHS07
Toxicité aiguë catégorie 4
(corrosion, irritations ou
sensibilisations oculaires / lésions
oculaires) (DA)



GHS08
Risque mutagène, respiratoire,
cancérigène ou pour la
reproduction (MU)



GHS09
Danger pour le milieu
aquatique (EN)



QUE FAIRE ?

- Regardez l'étiquette,

Mentions de danger

Conseils de prudence

« NOM DU PRODUIT »



H224 - Liquide et vapeurs extrêmement inflammables.
H315 - Provoque une irritation cutanée.
H304 - Peut être mortel en cas d'ingestion et de pénétration dans les voies respiratoires.
H336 - Peut provoquer somnolence ou vertiges.

P261 Éviter de respirer les vapeurs
P271 Utiliser seulement en plein air ou dans un endroit bien ventilé.

- Respectez le plan de nettoyage si existant (dosages et manipulation, ...)
- Ne mélangez jamais des produits (risque de réactions dangereuses)
- Ne transvasez jamais des produits dans des contenants non adaptés (exemple : bouteilles) et non étiquetés
- Fermez toujours les contenants
- Rangez les produits dans les espaces prévus
- Protégez-vous :
 - Utilisez les Protections Collectives, par exemple les systèmes d'aspiration sur machines
 - Portez les Protections Individuelles adaptées : gants (latex, nitrile), lunettes, masque



Soyez vigilants et n'hésitez pas à vous renseigner auprès de votre employeur, les produits chimiques sont partout !

Consultez notre plaquette [Risques chimiques](#) sur le site www.apst37.fr



RISQUES BIOLOGIQUES

Ce sont des ennemis invisibles qui se transmettent entre humains ou au contact des animaux par **voie respiratoire** (virus), par **ingestion** (main bouche), par **contact sur peau lésée** (plaie) ou **muqueuse** (yeux, bouche...), par **piqure** (insecte, seringue...), par **morsure**.

QUE FAIRE ?

Aérez les locaux

Lavez vous les mains



1 Mouiller abondamment les mains.



2 Appliquer le savon et frotter paume contre paume.



3 Bien savonner entre les doigts et sur le dos des mains.



4 Frotter au moins 30 secondes en insistant sur le bord et le dos des mains, la paume, les pouces, les ongles et les poignets.



5 Rincer abondamment.



6 Essuyer et sécher les mains à l'aide d'un papier essuie-mains à usage unique, refermer le robinet avec le papier et le jeter.

Portez des Equipements de Protection Individuelle adaptés (EPI) : gants et masque

Vérifiez vos vaccinations avec un professionnel de santé (pharmacien, infirmier, médecin)

Identifiez les Sauveteurs Secouristes du Travail (SST) et localisez la trousse à pharmacie

MACHINES & OUTILS

Lors de l'**utilisation de machines, d'outils et lors de leur nettoyage**, vous vous exposez à un risque omniprésent de coupure, entaille, amputation, brûlure, pincement, écrasement, projection dans les yeux...

QUE FAIRE ?

Consultez la notice d'utilisation



Demandez à être formé à l'utilisation de la machine, de l'outil

Rangez le matériel après utilisation



Signalez tout dysfonctionnement ou outil en mauvais état



Connaitre :

- où se trouve la trousse d'urgence
- qui sont les Sauveteurs Secouristes du Travail
- les procédures d'urgences...



Et protégez-vous :

- Utilisez les Protections Collectives en place : dispositifs de sécurité (ex : guide sur traneuse)
- Portez les Protections Individuelles nécessaires : gants, lunettes de protection...



CHUTES DE HAUTEUR CHUTES DE PLAIN PIED



Les **CHUTES DE HAUTEUR** désignent tout incident où un travailleur perd l'équilibre et tombe d'un niveau élevé à un niveau inférieur, souvent depuis une échelle, un escabeau, un marche-pied, un échafaudage ou encore un escalier avec un risque significatif de blessures graves ou mortelles.

C'est la 3ème cause de mortalité au travail.

Lien : [La prévention des chutes de hauteur | Travail-emploi.gouv.fr](https://www.travail-emploi.gouv.fr) | [Ministère du Travail et de l'Emploi](https://www.travail-emploi.gouv.fr)

Les **CHUTES DE PLAIN-PIED** sont des risques d'accidents au cours desquels la personne a été déséquilibrée ou a subi un choc. Elle tombe de sa propre hauteur.

Exemple : trébucher sur un sol inégal (trou), encombré (cartons – câbles au sol), sur un sol souillé devenu glissant.

Dans les deux cas, les **dommages potentiels** : blessures (lésions tendineuses et articulaires, hématomes, fractures...), traumatisme crânien..., voire décès.



QUE FAIRE ?

- Portez des chaussures adaptées à votre activité, antidérapantes et solidaires des pieds
- Circulez sans courir, sans précipitation
- Ne laissez pas les sols encombrés (câbles, cartons, matériels divers) : Rangez le matériel après utilisation
- Ne montez jamais sur une chaise mais utilisez des dispositifs conformes et en bon état (échelle fixée, escabeau à plateforme...)
- Nettoyez les salissures sans attendre
- Identifiez les zones glissantes en vue de la mise en place d'une signalisation (panneau)
- Signalez à votre responsable les zones de travail mal éclairées

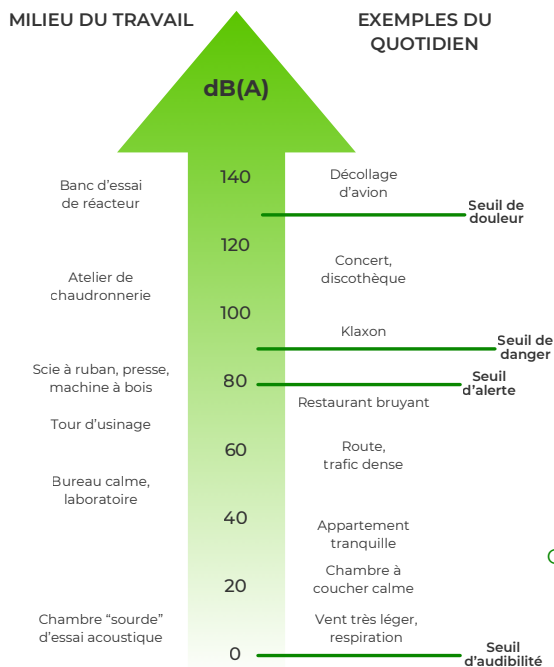
AMBIANCES SONORES



L'exposition au bruit peut entraîner de multiples effets sur la santé :

- **Surdité** : causée par une exposition prolongée à des niveaux de bruits intenses et potentiellement à des solvants dits ototoxiques pouvant amplifier ce phénomène.
- **Fatigue auditive** : sifflements, bourdonnements/acouphènes.
- **Troubles cardiovasculaires** : hypertension.
- **Troubles du sommeil** : réduction du nombre et de la durée des cycles du sommeil entraînant potentiellement une fatigue chronique.
- **Stress** : irritabilité, anxiété voire agressivité.
- **Baisse des performances cognitives**.

L'ouïe est considérée en danger à partir d'un niveau de 80 décibels (dB) durant une journée de travail de 8 heures.



Niveaux sonores (dB)	Durée d'exposition maximale
80	8h
83	4h
86	2h
89	1h
92	30min
95	15min
98	7,5min

Consultez notre plaquette [Bruit au travail](http://www.aspt37.fr) sur le site www.aspt37.fr

QUE FAIRE ?

- Prévoyez des périodes de repos de l'ouïe
- Respectez l'utilisation des moyens de traitement acoustique sur machines et outils
- Eloignez-vous des postes bruyants si possible
- Protégez-vous : utilisation des Protections Individuelles adaptées et mises à disposition (bouchons, casque anti-bruit).

La perte auditive est irréversible, l'appareillage par des prothèses électroniques ne restitue pas la fonction auditive et son efficacité reste limitée.

RISQUES ROUTIERS

Que ce soit dans le **cadre de votre travail** (mission) ou **pour vous rendre sur votre lieu de travail** (trajet), vous êtes exposé aux risques d'accidents de la route (blessures, décès...).

Quelques chiffres :

485

personnes tuées lors
d'un déplacement lié
au travail (ONISR)



345

pour les accidents de trajet

140

pour les accidents de
mission

1 décès sur 10 concerne un travailleur embauché depuis moins de 1 mois

Source 2022 : CNAM/MSA

QUE FAIRE ?



Préparez votre
itinéraire

Vérifiez l'état de
votre véhicule



Installez-vous
correctement
(réglage siège,
rétroviseur), portez
votre ceinture

Ne prenez pas le
volant si vous êtes
fatigué
reposez-vous, même
quelques minutes



Ne téléphonez pas
en conduisant
(même en Bluetooth), ne
lisez pas vos notifications
Garez-vous !

Respectez le code
de la route
(vitesse, signalisation)



En vélo,
trottinette, soyez
visible et protégez
vous la tête, les
coudes...

Ne consommez
pas de drogues,
alcool et
attention à
certains
médicaments



A 50 km/h, un conducteur qui quitte la route des yeux pendant 4 secondes conduit à l'aveugle sur environ 60 mètres !
Une conversation téléphonique, même sur haut- parleur, multiplie par 3 le risque d'accident

Consultez notre plaquette [Risque routier](#) sur le site www.apst37.fr

RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Les risques psychosociaux (RPS) incluent toute situation de travail où sont présents et/ou combinés plusieurs facteurs de **stress**, de **violences internes** et **violences externes**.

Le **stress** est un déséquilibre entre la perception qu'une personne a de ses propres ressources par rapport à ce qui lui est demandé de faire à son poste de travail

QUELQUES EXEMPLES DANS LE CADRE PROFESSIONNEL

Journées longues et épuisantes

Objectifs flous et / ou irréalisables

Charge de travail intense

Faible marge de manœuvre

Manque de reconnaissance

Conflits entre collègues ou supérieurs

Insécurité de l'emploi

Manque de formation

Interactions tendues

Évaluation de travail injuste

Incivilités - insultes - menaces -
propos sexistes

QUE FAIRE ?

- **Communiquez**, entraidez-vous, échangez avec votre responsable
- **Quelques outils/applications de gestion du stress** existent : yoga, méditation, sophrologie, cohérence cardiaque (exercices de respiration), activité physique / créative...

Consultez notre plaquette [Risque psychosociaux](#)
sur le site www.aspt37.fr



INCENDIES, URGENCES

SITUATIONS D'URGENCES, ACCIDENT

Avant tout, repérez à l'avance l'emplacement de la trousse de secours et le(s) Sauveteur(s) Secouriste(s) du Travail de l'entreprise (SST).

QUE FAIRE EN CAS D'ACCIDENT ?

- Gardez votre calme et ayez les bons réflexes,
- Rapprochez-vous d'un Sauveteur Secouriste du Travail, ou de l'infirmier(e) de l'entreprise
- Renseignez-vous sur les conduites à tenir en cas d'absence de SST

Pompiers 18	Gendarmerie 17	SAMU 15	Urgences 112	Service aux malentendants 114	Urgence sociale 115
-----------------------	--------------------------	-------------------	------------------------	--	----------------------------------

RISQUES D'INCENDIES

Un départ d'incendie peut être causé par du **matériel** (défaillance électrique, outils dégageant de la chaleur, ...) et/ou par un **manque de vigilance** (mégots mal éteints, ...).

Les atteintes à la santé peuvent être **respiratoires et/ou cutanées** (brûlures, intoxication, asphyxie), pouvant entraîner le décès.

Souvent, ce ne sont pas les flammes qui entraînent le décès mais les fumées toxiques émises !

QUE FAIRE EN CAS D'INCENDIE / DE FUMÉES ?

- Attaquez le feu en utilisant un extincteur, sans mettre sa vie en danger
- Alerte votre responsable et/ou les pompiers 18
- Déclenchez l'alarme
- Suivez les consignes des pompiers et ne raccrochez pas sans leur accord
- Evacuez en suivant les Guide-Files et Serre-Files puis rendez-vous au point de rassemblement prévu
- Répondez à l'appel



L'arrêt de l'alarme ne signifie pas un retour à la normale, attendez les consignes avant de quitter le point de rassemblement !

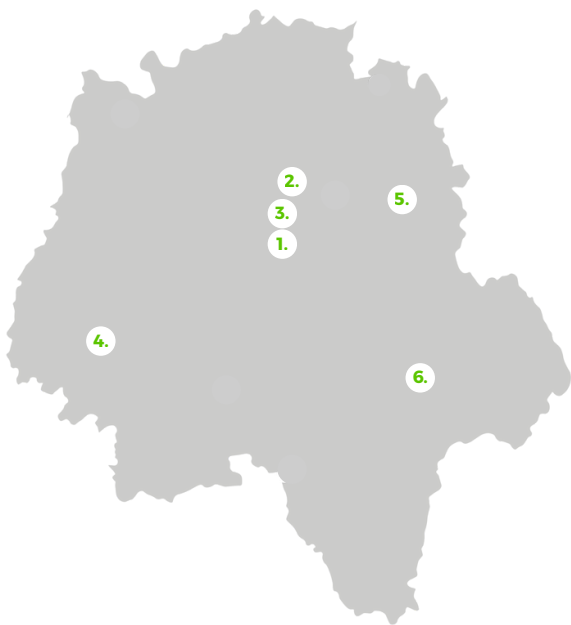


FICHES COORDONNÉES DE CENTRE

Pour toute question, contactez votre médecin du travail ou l'équipe pluridisciplinaire de votre Service de Prévention et de Santé au Travail

02 47 37 66 76

LE NUMÉRO UNIQUE POUR TOUS NOS CENTRES
POUR VOUS FACILITER VOTRE QUOTIDIEN



**1. APST37
Ecoparc - Chambray-lès-Tours**
2 Avenue du Professeur Minkowski
37170 Chambray-lès-Tours
contact-ecoparc-jaune@apst37.fr
contact-ecoparc-vert@apst37.fr



**2. APST37
Aéronef - Tours Nord**
8 allée Colette Duval
37100 Tours.
contact-aeronef@apst37.fr



**3. APST37
Blaise Pascal - Tours Centre**
83 rue Blaise Pascal
37000 Tours
contact-blaisepascal@apst37.fr



**4. APST37
Chinon**
40 rue Latécoère
ZAC de la Plaine des Vaux n°2
37500 Chinon
contact-chinon@apst37.fr



**5. APST37
Amboise**
18 rue Henry Dunant
37400 Amboise
contact-amboise@apst37.fr



**6. APST37
Beaulieu-lès-Loches**
1 place du Maréchal Leclerc
37600 Beaulieu-lès-Loches
contact-loches@apst37.fr

CONSULTEZ VOTRE ESPACE SALARIÉ

Accédez à vos informations de convocations aux visites médicales, attestations de présence, vos documents partagés.

Pour vous connecter :

Un lien vous a été envoyé par email

Le voici si vous ne le retrouvez pas : <https://apst37.padoa.fr/employee>

Renseignez votre adresse mail

Si elle n'est pas répertoriée, demandez à la secrétaire médicale de l'enregistrer

Procédez à la double authentification

Pour assurer la sécurité de vos données personnelles, pas de mot de passe : vous entrez un code de connexion reçu par email puis un nouveau code de connexion reçu par SMS



2 Avenue du Professeur Alexandre Minkowski
CS 20118 - 37171 CHAMBRAY-LÈS-TOURS CEDEX
Numéro unique : 02 47 37 66 76
www.apst37.fr

Restez informé en suivant nos réseaux



..... Ensemble pour la prévention