



COVID-19

Synthèse et rappel



Bonnes pratiques au travail

pendant la période de crise sanitaire

Face à l'épidémie de COVID-19, les informations diffusées sont très nombreuses et il n'est pas toujours facile de s'y retrouver ou de trouver une information adaptée à ses besoins.

C'est pourquoi les professionnels du GIST vous proposent, à travers ce document sur les bonnes pratiques au travail pendant la crise sanitaire :

- ▶ l'aide à la mise à jour de votre Document Unique d'évaluation des risques,
- ▶ des rappels sur les règles simples de protection individuelle et collective,
- ▶ des recommandations pour organiser le travail dans vos locaux et accompagner vos salariés en télétravail.

Ce guide est une synthèse des conseils applicables pour la grande majorité des entreprises, petites et grandes. Il n'a pas vocation à se substituer aux protocoles proposés par les branches professionnelles et tenant compte de la spécificité des secteurs d'activité ni aux documents complets mis à disposition par les autorités.

Rappel des gestes simples pour éviter la propagation du virus

Face à la Covid-19, il existe des gestes simples pour préserver votre santé et celle de votre entourage privé ou professionnel :

- ▶ Se laver très régulièrement les mains (à l'eau et savon ou avec une solution hydroalcoolique),
- ▶ Porter un masque en présence d'autres personnes, et ne le manipuler qu'avec les mains propres,
- ▶ Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades,
- ▶ Conserver vos distances avec les autres, en maintenant une distance minimale d'1,5 mètres,
- ▶ Éviter les rassemblements, limiter les déplacements et les contacts,
- ▶ Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir,
- ▶ Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter.



À CONSULTER

Télécharger nos fiches conseils prévention Covid-19 :

[Fiche conseil lavage des mains](#)

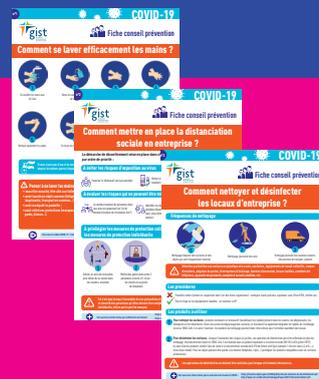
[Fiche conseil distanciation physique](#)

[Fiche conseil nettoyage et désinfection](#)

[Fiche conseil port du masque](#)

[Fiche conseil gestion des déchets](#)

[Fiche conseil choix du masque](#)



Covid-19 et évaluation du risque sanitaire : nos conseils pour mettre votre Document Unique à jour

L'actualisation du document unique d'évaluation des risques (DU) prévue à l'article R. 4121-2 du code du travail est nécessaire du fait de l'épidémie actuelle liée au virus Covid-19. Elle permet de prévoir les mesures de prévention et de protection adéquates dont, par exemple, la mise en sécurité des installations en mode dégradé si nécessaire. En effet dans le contexte de crise sanitaire, votre activité professionnelle a dû être modifiée. Il est important que les répercussions de ces modifications soient évaluées en terme de risque pour vos salariés.

3 grandes catégories de modifications sont à prendre en compte dans votre DU :

Celles liées au virus en lui-même

- ▶ Réduction de l'accueil du public potentiellement contaminé,
- ▶ Distance de sécurité entre collègues,
- ▶ Procédures de non contamination, gestes barrières, protections gants/masques, etc.

Celles liées aux nouvelles activités

- ▶ Télétravail,
- ▶ Désinfections des postes, des mains avec de nouveaux produits, etc.

Celles liées aux changements dans l'activité

- ▶ Travailleur isolé (procédure pour intervenir rapidement en cas de malaise...),
- ▶ Polyvalence des opérateurs présents (formation au poste),
- ▶ Temps d'habillage/déshabillage, nettoyage et désinfection augmenté,
- ▶ Augmentation ou diminution de certaines activités, etc.



Le CSE (comité social et économique) devra être associé à la démarche d'actualisation des risques et consulté sur la mise à jour du DU. Les mesures de prévention qui découlent de ces modifications/mises à jour du DU devront être portées à la connaissance des salariés.



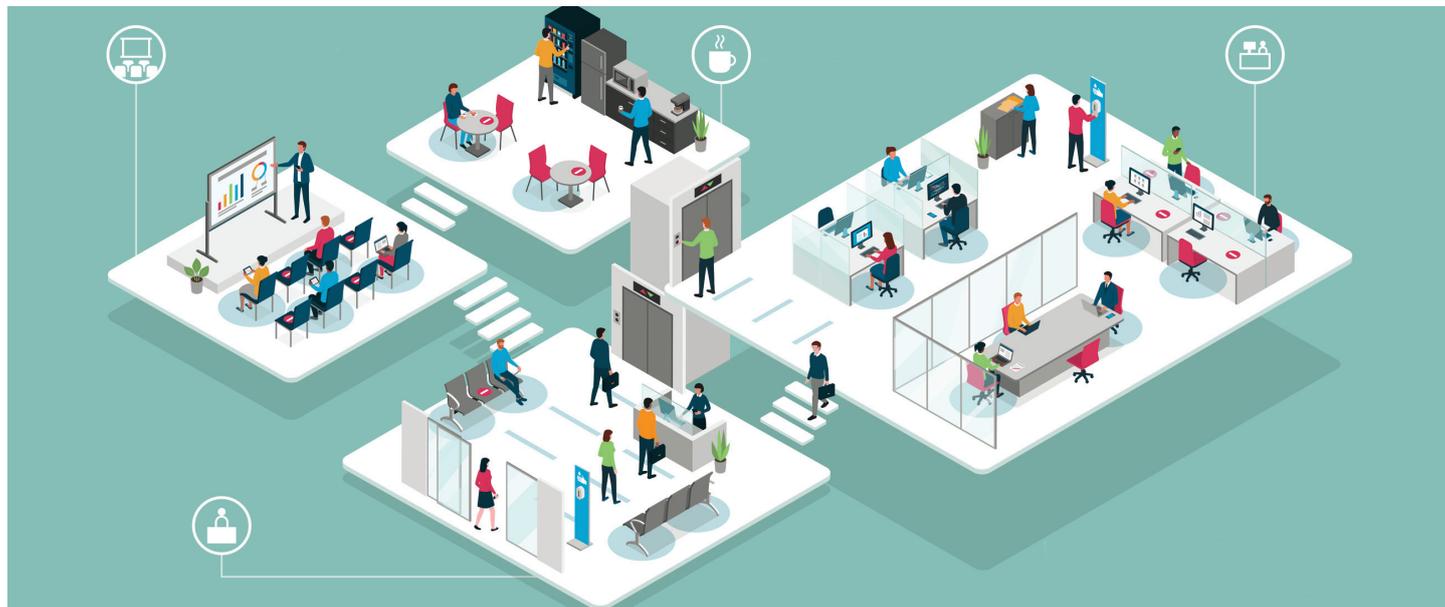
POUR ALLER PLUS LOIN

Afin de vous accompagner a minima dans ce travail, nous mettons à votre disposition un support : [document d'aide à la mise à jour de votre DU dans le cadre de la Covid-19.](#)

Pour toute information ou question sur la mise à jour de votre DU :
Tél. 02 40 22 52 42 - mail : ateliers.prevention@gist44.fr

A thumbnail image of a document titled "Évaluation et prévention du risque de contamination au Covid-19". The document is a form with various sections, including "Entreprise", "Date de mise à jour", "État de l'épidémie", and "1. Identification des situations de travail à risque". It features a table with columns for "Situations de travail", "Niveau de contamination", and "Mesures de prévention". The document is presented as a grid of cells, some of which are empty, suggesting it is a template or a checklist.

Rappel des mesures de protection en milieu partagé



En salle de réunion

- ▶ Porter obligatoirement un masque.
- ▶ Espacer les sièges (enlever un siège sur deux).
- ▶ Installer une partie des participants dans la salle.
- ▶ Installer l'autre partie des participants en visio-conférence dans leur bureau individuel ou en télétravail.

En salle d'attente

- ▶ S'assurer que la personne en attente porte un masque
- ▶ Espacer les sièges (enlever un siège sur deux)
- ▶ Séparer les personnes symptomatiques des personnes saines.

En voiture

- ▶ Privilégier le transport individuel avec un véhicule personnel.
- ▶ La présence de plusieurs salariés dans un véhicule impose le port du masque et la désinfection régulière du véhicule.
- ▶ En cas de partage de véhicule d'entreprise, veiller à désinfecter à chaque usage les surfaces de contact (volant, commandes, poignées, etc) et mettre à disposition des lingettes désinfectantes ou du gel hydroalcoolique.

Au contact du public

- ▶ Porter obligatoirement un masque.
- ▶ Installer des écrans de protection en plexiglas.
- ▶ S'assurer que la personne accueillie porte un masque.
- ▶ L'inviter à se laver les mains en lui proposant du gel hydroalcoolique.
- ▶ Vérifier qu'elle n'a pas de symptômes (toux, fièvre).
- ▶ Après le départ de la personne reçue, désinfecter les surfaces et matériels qu'elle a touchés (poignées de porte, chaise, bureau, etc), aérer son bureau.

En bureau individuel

- ▶ Lors d'une visite dans le bureau, porter le masque obligatoirement (par le visiteur et par l'accueillant).

En bureau collectif

- ▶ Porter obligatoirement un masque.
- ▶ Des aménagements sont possibles, par exemple dans le positionnement des tables pour permettre de les éloigner et quand cela n'est pas possible installer des écrans de protection en plexiglas.

Dans les transports en commun

- ▶ Porter obligatoirement un masque.
- ▶ Respecter la distanciation sociale et se laver les mains à l'arrivée sur le lieu de travail.

En salle de pause (café- déjeuner-repos)

- ▶ Porter obligatoirement un masque lors de déplacements.
- ▶ Se laver les mains en entrant dans la pièce.
- ▶ Nettoyer les surfaces touchées (frigo, micro-onde, etc) avec un produit désinfectant (compatible avec le contact alimentaire).
- ▶ Respecter le nombre de personnes autorisées dans la salle en même temps, en général une personne par table. Les salles de réunion peuvent être utilisées pour le déjeuner. Le nettoyage est renforcé.
- ▶ Établir un roulement pour les repas afin de limiter le nombre de personnes présentes simultanément.
- ▶ Aérer les locaux au minimum 15 minutes.
- ▶ Ne pas partager les ustensiles de cuisine sans les avoir lavés avec du liquide vaisselle et de l'eau.
- ▶ N'utiliser que des essuie-tout jetables.
- ▶ Avant de partir, désinfecter la table où on a déjeuné.
- ▶ Se laver les mains en fin de repas ou pause-café.

En pause cigarette

- ▶ Établir un roulement et limiter le nombre de personnes dans la zone.
- ▶ Respecter la distanciation sociale en zone fumeur (un marquage au sol peut être matérialisé pour ce faire).



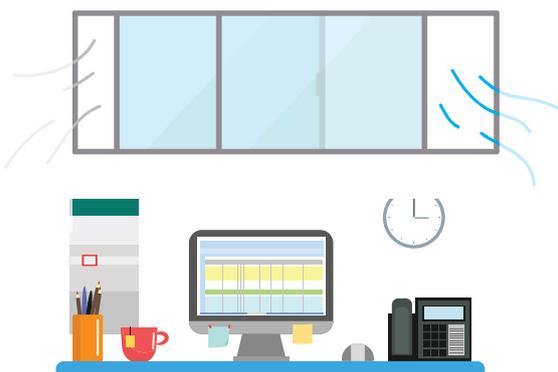
À SAVOIR

Dans les espaces partagés (réunion, salle d'attente, etc), la jauge préconisée pour le respect de la distanciation = 1 personne pour au moins 4 m².

Quelques conseils pour assurer une bonne ventilation des locaux

Par mesure de précaution, il peut être recommandé de vérifier si les systèmes de ventilation et de climatisation sont en état de fonctionnement optimal. Une aération régulière des locaux par ouverture des fenêtres est souhaitable, même en dehors de ce contexte infectieux.

En complément des mesures organisationnelles visant à limiter les contacts et des mesures d'hygiène individuelle et bien que la transmission se fasse essentiellement par des gouttelettes contaminées émises par la personne infectée dans son environnement immédiat (environ 1 m), un certain nombre de mesures de prévention complémentaires pourraient éventuellement limiter la quantité de gouttelettes dans le milieu ambiant, telles que :



- ▶ En l'absence de ventilation mécanique, aération régulière des locaux par ouverture des fenêtres.
- ▶ Ne pas obstruer les entrées d'air, ni les bouches d'extraction.
- ▶ Pour les bâtiments équipés d'un système de ventilation mécanique simple flux ou double flux, maintien de la ventilation et fermeture des portes.
- ▶ Dans le cas des bâtiments équipés d'une centrale de traitement d'air, maintien de l'apport d'air extérieur et arrêt si possible du recyclage.
- ▶ Il convient de tester la faisabilité de ces mesures techniques en s'assurant qu'elles maintiennent des conditions de température et d'hygrométrie acceptables.

Les bonnes pratiques en télétravail

Les conditions de travail à domicile ne sont pas les mêmes qu'en entreprise. Pour accompagner vos salariés et les aider à adopter une posture et un rythme confortable à domicile, nous vous proposons quelques conseils pratiques simples à mettre en oeuvre.

Choisir un lieu de travail approprié

- ▶ S'installer dans une pièce isolée propice à la concentration. Lorsque cela n'est pas possible, le mieux est de se doter d'un espace qui ressemble à un bureau.
- ▶ Éviter de passer la journée sur le canapé avec l'ordinateur posé sur les genoux, ce n'est pas bon pour le dos.
- ▶ Privilégier une pièce avec la lumière du jour et s'installer avec l'écran perpendiculaire aux fenêtres de façon à éviter les reflets sur l'écran. Si la lumière représente une gêne, tirer les rideaux.
- ▶ Organiser son plan de travail de manière à disposer du matériel d'utilisation fréquente à portée de main.

Faire des pauses actives

- ▶ Penser à changer de posture sur sa chaise de temps en temps.
- ▶ Se lever régulièrement, marcher, faire des étirements et regarder par la fenêtre pour reposer ses yeux.
- ▶ Penser à s'hydrater.

Trouver la bonne chaise

- ▶ Si l'on ne dispose pas de fauteuil réglable, choisir une chaise avec dossier et dont la hauteur permet d'avoir les épaules détendues et les avant-bras appuyés sur la table.
- ▶ Pour gagner en confort, utiliser un coussin pour se rehausser et pour caler son dos si la chaise est trop rigide.
- ▶ Improviser un repose-pieds si les pieds ne touchent pas correctement le sol (avec une caisse à outils, un carton, une pile de livres...).

Portable et téléphone

- ▶ Un ordinateur portable ne favorise pas une position naturelle du corps. Avec une souris et un clavier additionnels, poser son ordinateur sur un rehausseur improvisé de manière à soulever l'écran.
- ▶ Si un écran indépendant est à disposition, le brancher à l'ordinateur portable.
- ▶ Lors d'appels téléphoniques, éviter de coincer le téléphone entre l'oreille et l'épaule.
- ▶ Utiliser un casque ou des écouteurs avec microphone pour une posture droite et une meilleure qualité d'écoute.

Rechercher une position de moindre inconfort

- ▶ Tête droite, sans rotation, haut de l'écran à hauteur des yeux ou juste en dessous. Épaules relâchées, bras le long du corps.
- ▶ Avant-bras horizontaux reposant sur des accoudoirs et/ou sur le plan de travail/table (coudes à 90 degrés) avec poignets et mains dans le prolongement des avant-bras.
- ▶ Dos droit ou légèrement incliné vers l'arrière, en appui sur le dossier.
- ▶ Cuisses horizontales avec les genoux à angle droit. Pieds reposant à plat sur le sol ou sur un repose-pieds si besoin.



Quelques recommandations sur la conduite à tenir en cas de symptômes

Pour en savoir plus, consulter notre [document complet : Covid-19 comment prévenir un cluster d'entreprise ?](#)

CONDUITE À TENIR DANS L'ENTREPRISE

Que faire si un salarié a des symptômes COVID-19 (toux, fatigue, fièvre, difficultés respiratoires) ? En cas de symptômes aggravés (confusion, difficulté à parler, somnolence, déshydratation...), il faut appeler le SAMU et attendre leurs directives.

- ▶ Isoler le salarié dans un bureau avec la porte fermée et lui rappeler les gestes barrières à respecter.
- ▶ Prévenir le référent COVID-19 de l'entreprise puis le service RH et le médecin du travail.
- ▶ Conseiller au salarié de consulter rapidement son médecin traitant.
- ▶ Organiser le départ du salarié (personne proche avec un masque, par ses propres moyens ; les transports en commun sont à éviter).
- ▶ Après son départ, fermer son bureau pendant au moins 3 heures (durée de vie du virus sur les surfaces sèches). Plus tard, il faudra l'aérer et le nettoyer (évacuation des déchets et désinfection du poste de travail).

Déclenchement du contact tracing (identification des « cas contact à risque » d'un cas confirmé ou probable). Il s'organise autour de 3 niveaux :

- ▶ Le médecin qui prend en charge le salarié ayant présenté des symptômes de la Covid-19 déclenche le système de contact tracing si le cas est confirmé ou suspecté (24h à 48h après le test).
- ▶ L'identification du cas contact est transmise à l'Assurance maladie.
- ▶ Si le cas est confirmé, c'est l'ARS qui se charge d'avertir l'entreprise et le médecin du travail. Elle organise ensuite des tests en laboratoires gratuitement.
- ▶ Rôle du référent Covid : de manière systématique, le référent Covid réalisera un traçage de l'ensemble des personnes ayant été en contact avec le salarié dans les dernières 48 heures. Le référent Covid tient son évaluation à la disposition de la cellule de contact tracing de l'Assurance maladie qui aura été activée par le médecin traitant, sur sa demande.

RETOUR EN ENTREPRISE D'UN CAS CONFIRMÉ COVID-19

- ▶ Poursuivre l'isolement au moins 7 jours (télétravail et/ou arrêt maladie suivant l'état de santé).
- ▶ Reprendre le travail si pas de fièvre ou gêne respiratoire depuis au moins 48 heures.
- ▶ Pour le personnel soignant : organiser une visite avec le médecin du travail.



CONDUITE À TENIR À DOMICILE

Que faire si je ressens des symptômes du Covid-19 ?

- ▶ J'appelle un médecin dès le début des symptômes et je préviens mon employeur.
- ▶ Je m'isole chez moi, je porte un masque et je prends rendez-vous pour un dépistage.
- ▶ avec ma carte vitale, ma prescription et mon masque, un professionnel de santé réalise le test.

J+1 : je reçois les résultats de mon test :

- ▶ s'il est négatif : je ne suis pas porteur du virus et je ne suis plus isolé. Je peux sortir de mon domicile en respectant les gestes barrières et en portant un masque. Je peux reprendre mon activité professionnelle.
- ▶ s'il est positif : je suis porteur du virus. Je suis contacté par l'Assurance maladie qui se rapproche des personnes avec qui j'ai été en contact à risque pour les informer des consignes à suivre. Je pense également à mes collègues de travail.
- ▶ Je m'isole chez moi jusqu'à ma guérison complète.
- ▶ Si mes symptômes s'aggravent, j'appelle le 15.



À SAVOIR

Protection des personnes vulnérables

Certaines personnes pouvant développer des formes graves d'infection au virus de la Covid-19 peuvent être placées en activité partielle. Ces salariés doivent répondre aux critères de vulnérabilité définis et ne pouvoir ni recourir totalement au télétravail, ni bénéficier de certaines mesures de protection renforcées sur leur lieu de travail ou sur leur trajet domicile-travail pour en bénéficier (décret du 10 novembre 2020).

Voir notre [fiche Covid-19 critères salariés vulnérables - activité partielle](#)



Sites ressources

Pour toutes les questions relatives à l'évolution de l'épidémie de Covid-19, vous pouvez vous référer aux informations délivrées par les autorités

- ▶ [site du gouvernement français](#)
- ▶ [site du Ministère du Travail](#)
- ▶ [site du Ministère des Solidarités et de la Santé](#)
- ▶ [site Ministère de l'Europe et des affaires étrangères](#)

Un numéro vert national répond en permanence à toutes vos questions, 24h/24 et 7j/7 : 0 800 130 000. Attention, cette plateforme téléphonique n'est pas habilitée à dispenser des conseils médicaux.

Si vous ou vos salariés présentez des premiers signes d'infections respiratoires (fièvre ou sensation de fièvre, toux) restez chez vous et appelez votre médecin généraliste. Si les signes s'aggravent, appelez le 15 (ou le 114 pour les personnes ayant des difficultés à parler ou entendre).



www.gist44.fr

 <https://twitter.com/cmgist>

 <https://www.linkedin.com/company/gist-44/>

GIST - Siège social - 28 rue des Chantiers
CS 50211 - 44614 Saint Nazaire cedex
Tél. 02 40 22 52 42