

## ZOOM SUR



### Travail de nuit, posté, décalé... Les horaires atypiques



© Patrick Delapierre / INRS

La journée thématique « Horaires atypiques » organisée par l'INRS le 22 novembre prochain à Paris est l'occasion de revenir sur cette question de santé au travail. Comment se définissent les horaires atypiques ? Quels effets sur la santé peut entraîner le fait de travailler de nuit ou en horaires décalés ? Quelles actions peuvent être envisagées pour prévenir les risques.

► Lire la suite

Dossier  
La journée « Horaires atypiques » du 22 novembre 2016

Dossier INRS  
Travail de nuit et travail posté

Articles  
Lire les articles concernant les horaires atypiques dans la revue *Références en santé au travail*

Article  
Aspects juridiques

## ACTUALITÉS

Concours vidéo  
« De l'école au travail, à vous de filmer ! »



Le concours « Santé et sécurité au travail : De l'école au travail, à vous de filmer » est lancé ! L'opération, organisée par l'INRS et placée sous le parrainage du ministère de l'Éducation nationale, s'adresse aux élèves des lycées professionnels et aux apprentis des CFA. Son objectif est de sensibiliser les

## EN QUESTION

Quels sont les travaux interdits ou réglementés pour les jeunes de plus de 15 ans et de moins de 18 ans ?

En France, certains travaux sont strictement interdits aux jeunes de plus de 15 ans et de moins de 18 ans. La liste de ces travaux est fixée par les articles D. 4153-15 et suivants du Code du travail. Cependant, les jeunes travailleurs et les jeunes en formation professionnelle peuvent, à partir de

jeunes aux risques auxquels ils sont exposés lors de leurs premiers pas dans le monde professionnel. Les participants doivent présenter des vidéos courtes, en couleur ou en noir et blanc, mettant en avant des démarches et solutions de prévention. La date limite de dépôt des projets est fixée au jeudi 6 avril 2017. La remise des prix aura lieu le vendredi 2 juin 2017.

- ▶ [En savoir plus sur le concours](#)
- ▶ [Visionner les lauréats des précédentes éditions](#)
- ▶ [La page facebook du concours](#)

## Synergie

### Accueillir, c'est prévenir



15 % des accidents graves ou mortels surviennent au cours des trois premiers mois de l'embauche. Pour aider à lutter contre la sinistralité chez les nouveaux embauchés, l'INRS a développé l'outil Synergie. Ce dispositif pédagogique s'appuie sur deux outils. D'une part, Synergie accueil, permet à l'entreprise d'évaluer la capacité du nouvel arrivant à repérer, à l'aide de planches illustrées, les dangers liés à une situation de travail et à proposer des mesures de prévention. Il est aujourd'hui disponible pour cinq secteurs : maintenance industrielle, réparation automobile, BTP, logistique, transport routier de marchandise. D'autre part, Synergie pédagogie, est une ressource pédagogique s'adressant aux enseignants en lycée professionnel et en CFA. Il est disponible pour la maintenance industrielle, la réparation automobile, le BTP et la logistique.

- ▶ [En savoir plus](#)

## Entreprises et handicap

### Quelles mises en oeuvre pour l'OETH ?



Une étude de la Dares révèle que la législation concernant l'Obligation d'emploi des travailleurs handicapés (OETH) se limite trop souvent à la mise en place du « quota obligatoire ». Les plus petites entreprises perçoivent uniquement la loi comme une contrainte légale et se contentent d'y répondre en payant une contribution à l'Agefiph. D'autres (de taille plus importante) tentent de s'approcher du taux obligatoire des 6 % d'emploi de salariés handicapés, afin de réduire leurs pénalités financières, mais sans politique d'intégration de ces salariés sur le long terme. Enfin, à la marge, quelques établissements développent des stratégies volontaristes visant à l'insertion professionnelle sur le long terme. Si la taille de la structure et la présence d'un accord agréé sont facilitants, la volonté de la direction pour garantir une déclinaison opérationnelle de l'accord semble indispensable.

- ▶ [En savoir plus](#)

15 ans, par dérogation et dans certaines conditions, être affectés à certains travaux interdits. On parle alors de travaux réglementés. Pour pouvoir affecter le jeune à ces travaux réglementés, l'employeur ou le chef d'établissement doit procéder à une déclaration de dérogation auprès de l'inspection du travail. Elle sera valable trois ans. Préalablement au dépôt de la déclaration de dérogation, il doit avoir rempli un certain nombre d'obligations, en particulier avoir réalisé l'évaluation des risques existants pour les jeunes et pris les mesures de prévention adaptées, en tenant compte de la vulnérabilité spécifique du ou des jeunes qu'il souhaite affecter à des travaux réglementés. Il doit par ailleurs, avant l'affectation aux travaux réglementés, dispenser une formation à la sécurité adaptée à l'âge, au niveau de formation et à l'expérience professionnelle du jeune et s'assurer qu'un avis médical d'aptitude a été délivré. Enfin, pendant toute la durée d'affectation, un encadrement du ou des jeunes en formation, par une personne compétente doit être assuré.

Il existe également des dérogations individuelles permanentes qui constituent des autorisations de droit, permettant d'affecter des jeunes à certains travaux réglementés et ceci, sans aucune formalisation auprès de l'inspection du travail. Elles concernent par exemple la conduite d'équipements de travail mobiles automoteurs et d'équipements de travail servant au levage de charges, lorsque le jeune a reçu une formation adéquate et qu'il est titulaire d'une autorisation de conduite spécifique. Une procédure de dérogation comparable a été mise en place, parallèlement, pour les jeunes en situation de formation professionnelle dans la fonction publique d'Etat ou au sein des collectivités territoriales.

- ▶ [Le décret relatif à la procédure de dérogation prévue à l'article L. 4153-9 du code du travail pour les jeunes âgés de moins de dix-huit ans \[PDF\]](#)
- ▶ [Le décret relatif aux travaux interdits et réglementés pour les jeunes âgés de moins de dix-huit ans \[PDF\]](#)



## AGENDA

22 novembre - Paris  
**Journée technique horaires  
atypiques**  
Organisateur : INRS

## Formation

### CHSCT : développer son capital de connaissances pour agir



L'INRS propose un parcours « Mieux agir au sein du CHSCT » composé de quatre formations thématiques accompagnées à distance. Elles concernent les enquêtes du CHSCT, la visite d'inspection, les avis du CHSCT et la promotion de la prévention. Ces formations abordent de manière concrète et méthodologique les moyens d'action des membres du CHSCT. De deux jours chacune, elles ne se substituent pas à la formation obligatoire prévue par le code du travail et dispensée notamment par des organismes agréés.

- ▶ Les enquêtes du CHSCT
- ▶ La visite des locaux
- ▶ Les avis du CHSCT
- ▶ Promotion de la prévention
- ▶ Lire l'article dans Hygiène et sécurité du travail [PDF]

## JURIDIQUE

### Travaux sous-tension

Un décret du 5 octobre 2016 remplace le système d'accréditation des organismes chargés de dispenser les formations préalables à l'habilitation des travailleurs qui réalisent des travaux sous tension par une procédure d'agrément ministériel.

- ▶ Le décret [PDF]

### Production de films cinématographiques et audiovisuels

Un arrêté du 15 octobre 2016 étend à l'ensemble du territoire, une série de dispositions générales édictées par le Comité technique national C (industries notamment de l'électricité, du livre et de la communication) et applicables dans la production de films cinématographiques et audiovisuels. Les mesures de préventions prévues concernent en particulier les travaux en hauteur, les manutentions, les vérifications du matériel utilisé ou encore les ambiances de travail.

- ▶ L'arrêté [PDF]

### 24 et 25 novembre - Brest Épidémiologie en santé travail : colloque de l'Aderest

Organisateur : Association pour le développement des études et recherches épidémiologiques en santé travail (Aderest)

### 29 novembre - Lille Workshop : Bien-être et qualité de vie au travail. Des outils pour transformer, manager et agir

Organisateur : Skema Business group

### 10 janvier au 21 février Séminaires en ligne Seirich

Organisateur : INRS

### 26 janvier - Paris Journée technique déchets d'équipements électriques et électroniques

Organisateurs : INRS, avec Eco-systèmes et Récyclum.

### 7 mars - Paris Journée technique : réussir l'acquisition d'une machine

Organisateurs : INRS, avec le Cetim.

[CONSULTER L'AGENDA COMPLET ▶](#)

## VIENT DE PARAÎTRE

### Brochure



### Ouvrir et dépoter un conteneur en sécurité (ED 6249)

Cette brochure propose aux employeurs et aux personnes chargées de prévention des secteurs logistiques et portuaires des points de repères méthodologiques pour aider à la mise en place d'actions visant à limiter les risques d'exposition des opérateurs aux gaz toxiques lors de l'ouverture de conteneurs maritimes.

- ▶ La brochure ED 6249

## Vestiaires

Un décret du 6 octobre 2016 prévoit une possibilité de dérogation à l'obligation d'installation de locaux de vestiaires collectifs, prévue à l'article R. 4228-2 du Code du travail. Sont concernés les établissements où les travailleurs ne sont pas obligés de porter des vêtements de travail spécifiques ou des équipements de protection individuelle. Des meubles de rangement sécurisés, dédiés à leurs effets personnels et placés à proximité de leur poste de travail peuvent dès lors être mis à disposition.

▶ [Le décret \[PDF\]](#)

SUR LE WEB



### **Services à la personne Un site de référence pour la prévention des risques professionnels au domicile**

En développement constant, le secteur des services à la personne reste très accidentogène. Le portail [prevention-domicile.fr](http://prevention-domicile.fr) a été créé par la CnamTS, l'INRS, la Direction générale des entreprises (DGE) et le Groupe Ircem pour l'ensemble des acteurs du secteur. Accédez à l'espace médiathèque, aux quiz, à des modules ludiques 3D ou à votre parcours de prévention spécifique.

### **Aide à domicile, crèches, établissements sanitaires ou médicosociaux... Prévenir les TMS dans l'Économie sociale et solidaire**

La mutuelle Chorum et l'Anact lancent un site web innovant avec pour objectif de sensibiliser et outiller les entreprises de l'Économie sociale et solidaire (ESS) à la prévention des troubles musculosquelettiques (TMS).

## Dépliants



### **Commerces de détail non alimentaires**

Manutentions et ports de charges, utilisation de petits outillages, chutes, incivilités/agressions... Ces dépliants engagent à passer à l'action pour éviter les principaux types d'accidents rencontrés dans les commerces de détail non alimentaires.

- ▶ [Déballez en sécurité avec les outils adaptés \(ED 6264\)](#)
- ▶ [Sécurisez les accès en hauteur \(ED 6265\)](#)
- ▶ [Limitez les risques d'agression \(ED 6266\)](#)
- ▶ [Organisez le rangement de vos produits \(ED 6267\)](#)
- ▶ [Assurez une bonne ventilation des réserves \(ED 6268\)](#)
- ▶ [Manipulez vos produits en utilisant des équipements d'aide à la manutention \(ED 6269\)](#)

## Affiche



### **Idée reçue n°3 : le stress, ça fait partie du métier (A 789)**

Dépassez les idées reçues pour mieux prévenir les risques psychosociaux.

- ▶ [L'affiche A 789](#)
- ▶ [Les nouvelles publications INRS sur les RPS](#)



## Travail de nuit, posté, décalé... Les horaires atypiques



© Patrick Delapierre / INRS

La journée thématique « Horaires atypiques » organisée par l'INRS le 22 novembre prochain à Paris est l'occasion de revenir sur cette question de santé au travail. Comment se définissent les horaires atypiques ? Quels effets sur la santé peut entraîner le fait de travailler de nuit ou en horaires décalés ? Quelles actions peuvent être envisagées pour prévenir les risques.



Dossier

La journée « Horaires atypiques » du 22 novembre 2016



Dossier INRS

Travail de nuit et travail posté



Articles

Lire les articles concernant les horaires atypiques dans la revue *Références en santé au travail*



Article

Aspects juridiques

Les horaires de travail dits « standards » correspondent à une activité professionnelle qui se déroule sur cinq jours du lundi au vendredi, avec deux jours de repos hebdomadaires, sur des créneaux horaires de journée (entre 5h du matin et 23h environ). Les horaires « atypiques » correspondent à tous les aménagements du temps de travail qui n'entrent pas dans ce standard, dont le travail de nuit (défini par le Code du travail comme étant le travail effectué au cours d'une période d'au moins 9 heures consécutives, effectuées entre 21 heures et 7 heures et comprenant l'intervalle entre minuit et cinq heures) et le travail posté (organisé en équipes successives qui se relaient en permanence au même poste de travail). En France, le travail en horaires atypiques concernerait près de deux salariés sur trois : seulement 37 % des salariés ont des horaires dits standards. Et en 2012, le service statistique du ministère du Travail (Dares) a mis en évidence une augmentation depuis vingt ans du travail de nuit : 3,5 millions de personnes, soit 15,4 % des salariés - représentant environ 20 % des hommes et 10 % des femmes - travailleraient de nuit, régulièrement ou occasionnellement.

### Perturbations des rythmes biologiques

Chez l'être humain, le sommeil est régi par une horloge biologique centrale, secondée par des horloges périphériques, c'est le système circadien. Il rythme l'ensemble des mécanismes biochimiques et physiologiques de l'organisme et sa synchronisation dépend majoritairement de la lumière captée par des récepteurs de l'oeil. Certaines périodes de la journée sont ainsi par exemple plus favorables à l'endormissement ou au réveil. Les rythmes de travail en horaires décalés ne sont donc pas naturels. Et le sommeil de jour ne sera jamais aussi efficace que celui de nuit pour avoir un sommeil de qualité. Au contraire, il va induire une dette chronique de sommeil. Travailler en horaires atypiques peut dès lors engendrer des risques pour la santé : impacts sur le sommeil et la vigilance, sur les systèmes métabolique et cardiovasculaire, ainsi qu'au niveau neuropsychique ou sur le déroulement de la grossesse. Cela augmenterait également la fréquence de certains types de cancers. En 2007, le Centre international de recherche sur le cancer (Circ) avait ajouté le travail posté à la liste des agents probablement cancérigènes (groupe 2A). Un [avis de l'Anses \(PDF\)](#) publié en juin 2016 fait le point sur les différents niveaux de preuves des effets des horaires atypiques :

- effets avérés sur la somnolence, la qualité de sommeil et la réduction du temps de sommeil total, et le syndrome métabolique ;
- effets probables sur la santé psychique, les performances cognitives, l'obésité et la prise de poids, le diabète de type 2 et les maladies coronariennes (ischémie coronaire et infarctus du myocarde) ;
- effets possibles sur les dyslipidémies (concentrations trop élevées de certains lipides dans le sang), l'hypertension artérielle et les accidents vasculaires cérébraux ischémiques. Des conséquences/répercussions sur la vie sociale

Travailler en horaires atypiques a, au niveau social, des conséquences contrastées qui dépendent de la situation personnelle des salariés, de leur secteur d'activité, et du fait qu'il s'agisse d'un choix personnel ou imposé par des contraintes d'ordre économique. Cette organisation du travail peut générer parallèlement des difficultés sur la conciliation entre vie privée et vie professionnelle. Enfin, concernant les modalités de suivi médical, la loi travail adoptée en août 2016 a élargi la période pendant laquelle le travail est considéré travail de nuit. Elle a également supprimé la visite médicale périodique tous les six mois pour les travailleurs de nuit, mais elle continue d'imposer un suivi médical régulier de leur état de santé.

### Impliquer les salariés concernés

Afin de limiter l'impact du travail en horaires atypiques sur la santé et la vie professionnelle et personnelle des salariés, il est

nécessaire d'anticiper le plus en amont possible l'organisation du travail, en impliquant les salariés concernés. Les différents acteurs de prévention doivent également être associés. Cela se traduit par le fait de respecter le plus possible les rythmes biologiques et de limiter la désynchronisation. Ceci évitera que les salariés se retrouvent en état de somnolence ou de vigilance altérée, ce qui augmente les risques d'accidents, tant en poste que sur les trajets travail-domicile.

La Lettre d'information est éditée par le département *Information communication* de l'Institut national de recherche et de sécurité (INRS). Directeur de la publication : Stéphane PIMBERT, directeur général de l'INRS. Rédacteur en chef : Grégory BRASSEUR. Routage : logiciel SYMPA. Conception : Aphania. Copyright INRS. Tous droits réservés. Conformément à la loi 2004-801 du 6 août 2004 (...) modifiant la loi 78-17 du 6 janvier 1978, vous disposez d'un droit d'accès, de modification, de rectification et de suppression des données qui vous concernent. Pour l'exercer, adressez-vous à l'INRS - 65 boulevard Richard Lenoir - 75011 Paris ou écrivez à [contact@kiosque.inrs.fr](mailto:contact@kiosque.inrs.fr)