

Santé au travail : passez à l'action !



MESSAGERIE – FRET EXPRESS



# LA SANTÉ DE VOTRE ENTREPRISE PASSE PAR LA SANTÉ DE VOS SALARIÉS

Concurrence exacerbée, fortes exigences des clients et des donneurs d'ordres, difficultés pour recruter... Ce contexte ne doit pas faire oublier l'importance des risques professionnels, qui nécessitent une évaluation et des mesures de prévention adaptées.

Pour chaque accident, pour chaque maladie professionnelle, ce sont le fonctionnement et la rentabilité de votre entreprise qui sont touchés.

**Les conséquences peuvent être graves : absentéisme, surcharge de travail, pertes de compétences, clients mécontents, mauvaise réputation... Votre activité peut être complètement désorganisée !**

## DANS VOTRE PROFESSION :

**278 000**

JOURNÉES PERDUES PAR AN

**63 %**

DES ACCIDENTS LIÉS AUX  
MANUTENTIONS MANUELLES

**17 %**

DES ACCIDENTS LIÉS AUX  
CHUTES

EN MOYENNE :

**95**

JOURS D'ARRÊT PAR ACCIDENT  
DU TRAVAIL

**398**

JOURS D'ARRÊT PAR MALADIE  
PROFESSIONNELLE



Source : Cnam

# LES PRINCIPAUX RISQUES



## DOULEURS AU DOS



## ACCIDENTS DE LA ROUTE

## PASSEZ À L'ACTION

### ↓ Choisissez des équipements et matériels adaptés

- Mettez à disposition des chauffeurs livreurs des équipements de manutention légers et maniables tels que diables, monte-escaliers...
- En achat ou en location, privilégiez les véhicules avec deux portes coulissantes latérales et une rampe escamotable sous plancher.
- Formez les salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique (Prap).

### ↓ Organisez la prévention du risque routier

- Préparez les plannings de livraison en tenant compte des contraintes (météo, circulation, etc.) et des pauses, notamment pour le déjeuner.
- En achat ou en location, privilégiez les véhicules avec une boîte de vitesses automatique, et équipés d'aides à la conduite et au recul.
- Organisez la maintenance préventive des véhicules.
- Planifiez les communications des chauffeurs livreurs afin qu'ils ne téléphonent pas en conduisant, même en « mains libres ».



## CHUTES

### ↓ Évitez les livraisons dans la précipitation

- Prévoyez des durées de tournée qui éviteront aux chauffeurs livreurs de travailler dans la précipitation.
- Utilisez lorsqu'il existe, le monte-charge ou l'ascenseur de l'immeuble ou de l'entreprise (à envisager lors de la préparation de l'intervention, à inscrire dans le protocole de sécurité pour les livraisons en entreprises).
- Fournissez et faites porter des chaussures de sécurité adaptées à la marche et à la conduite, avec coques et semelles antidérapantes.



## AGRESSION, STRESS

### ↓ Limitez le stress et les conflits

- En cas de retard prévisible pour une livraison, prévenez le client au lieu de le laisser dans l'incertitude et de tenter de rattraper le retard.
- Identifiez les causes récurrentes d'insatisfaction des clients, puis prenez des mesures pour y remédier.
- Formez les chauffeurs livreurs à la gestion des conflits avec les clients et les usagers de la route.
- Dans les plannings, prévoyez des temps pour gérer les aléas.

# DE BONNES RAISONS POUR AGIR

**En améliorant la sécurité et les conditions de travail, vous :**

- améliorez les performances de votre entreprise ;
- réduisez l'absentéisme et ses conséquences ;

- rendez le métier plus attractif ;
- améliorez la qualité de vos services.

De plus, vous vous mettez en conformité avec les exigences réglementaires.



**NON**

- Les actions de prévention ne sont pas forcément coûteuses.
- Les accidents et les maladies professionnelles ne sont pas une fatalité.



**OUI**

- Des solutions simples, éprouvées et rentables existent.
- Consulter vos salariés avant de les choisir permet une meilleure mise en œuvre.

# DES SOLUTIONS POUR AGIR

→ **Un outil en ligne** adapté à votre métier pour :

- évaluer les risques professionnels ;
- réaliser et mettre à jour votre **document unique** ;
- mener des actions de prévention dans votre entreprise.



→ **Une sélection de publications**

(fiches pratiques, brochures, dépliants, etc.).



🔗 [www.inrs.fr/messagerie](http://www.inrs.fr/messagerie)

→ **Un accompagnement et des aides financières** pour la mise en œuvre d'actions de prévention.

🔗 [www.ameli.fr/messagerie-fret](http://www.ameli.fr/messagerie-fret)



En partenariat avec :



**Sntl** — Syndicat national des transports légers



**Institut national de recherche  
et de sécurité pour la prévention  
des accidents du travail  
et des maladies professionnelles**  
[www.inrs.fr](http://www.inrs.fr)



**Assurance Maladie -  
Risques professionnels**  
[www.ameli.fr/entreprise](http://www.ameli.fr/entreprise)

Édition **INRS ED 6405** • 2<sup>e</sup> édition • mars 2026 • 2 000 ex. • ISBN 978-2-7389-3042-2 • Conception graphique : Clémentine Rocolle / [les.reCreatives](http://les.reCreatives) • Illustrations : Émilienne/lilapik.com • Imprimé par l'INRS