LIVRET DE SÉCURITÉ

VOTRE BIEN-ÊTRE AU TRAVAIL, DE A À Z

INFRABEL

SAFETY FIRST

SOMMAIRE

1. PRINCIPES GÉNÉRAUX 13

1.1 DANGERS ET RISQUES 15

Danger : électricité sur la caténaire / Risque d'électrocution 15

Danger : trafic ferroviaire / Risque de collision 16

1.2 BIEN-ÊTRE, À CHACUN DE JOUER SON RÔLE ! 16

L'employeur 16

La ligne hiérarchique (LH) 17

Le Comité pour la Prévention et la Protection au Travail 19

Le conseiller en prévention 20

Le conseiller en prévention-médecin du travail 20

La personne de confiance et le conseiller en prévention aspects psychosociaux 21

Le collaborateur 22

1.3 RESPONSABILITÉ 23

2. SITUATIONS D'URGENCE 25

2.1 INCENDIE ET ÉVACUATION 26

Le triangle du feu 26

Prévention incendie 26

La lutte contre l'incendie 29

Donner l'alerte en cas d'incendie 30

Comment faire pour éteindre un incendie ? 31

Quand et comment procéder à une évacuation ? 34

2.2 INCIDENTS ENVIRONNEMENTAUX / INCIDENTS AVEC DES PRODUITS DANGEREUX 38
Que faire en cas d'incidents ou de fuites ? 38
Comment traiter la fuite ? 38
2.3 INCIDENTS ET ACCIDENTS DU TRAVAIL 38
Qu'est-ce qu'un accident de travail ? 39
Qu'est-ce qu'un accident sur le chemin du travail ? 39
Signaler un accident ou une blessure 41
2.4 LES 4 ÉTAPES POUR PORTER SECOURS 42
2.5 SIGNALISATION DE SÉCURITÉ ET DE SANTÉ 44
Signalisation d'interdiction 44
Signalisation d'avertissement 45
Signalisation d'obligation 46
Signalisation de sauvetage et de secours 47
Matériel de lutte contre l'incendie 48
Signalisation de danger par des bandes bicolores 48
Panneaux d'avertissement de la présence d'amiante 49

3. SÉCURITÉ DU TRAVAIL - RISQUES FERROVIAIRES SPÉCIFIQUES 51

3.1 LES RISQUES PRÉSENTÉS PAR LES VÉHICULES FERROVIAIRES EN MOUVEMENT 52
Entendre, voir et être vu 53
Zones à risque élevé 54
Se déplacer et traverser les voies 56
Travaux dans ou à proximité des voies 63
3.2 LES RISQUES PRÉSENTÉS PAR DES INSTALLATIONS DE TRACTION ÉLECTRIQUE 68
Généralités 68
Se déplacer à proximité des installations de traction électrique 71
Travaux aux installations de traction électrique ou à leurs abords 72

3.3 AUTRES RISQUES FERROVIAIRES 80
Travaux avec des grues ou des excavatrices 80
Travaux avec des véhicules ferroviaires 81
La faune et la flore le long des voies 83

4. SÉCURITÉ DU TRAVAIL - RISQUES NON SPÉCIFIQUEMENT FERROVIAIRES 85

4.1 MACHINES ET OUTILLAGES 86
4.2 TRANSPORT INTERNE 88
4.3 ÉLECTRICITÉ 88
Les risques liés à l'électricité 89
Les appareils électriques 90
Les installations électriques 90
4.4 TRAVAUX EN HAUTEUR 92
4.5 TRAVAUX DANS DES ESPACES CONFINÉS 94
4.6 SÉCURITÉ DU CHARGEMENT 95
4.7 VÊTEMENTS DE TRAVAIL 95

5. LA SANTÉ 99

5.1 RISQUES SANITAIRES LIÉS AU TRAVAIL 101
L'amiante 101
Plomb, chrome et quartz 102
Les infections 103
5.2 TRAVAIL DE NUIT ET TRAVAIL POSTÉ 103
Problèmes de concentration 103
Vie sociale 103
Habitudes alimentaires 104
Séquelles psychiques 104
5.3 HYGIÈNE PERSONNELLE CHEZ SOI ET AU TRAVAIL 106
5.4 ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE 107

6. LES ASPECTS PSYCHOSOCIAUX DU TRAVAIL 109

6.1 PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX 110
Les 5 T 110
6.2 SÉQUELLES ÉVENTUELLES DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX 111
Violence physique et psychique 111
Harcèlement moral 111
Harcèlement sexuel 112
6.3 STRESS AU TRAVAIL ET BURN-OUT 113
6.4 À QUI S'ADRESSER ? 114
Votre supérieur hiérarchique 114
Votre personne de confiance et CPAP 114
Les coaches en stress et burn-out 115
Procédure interne et externe 115

7. L'ERGONOMIE 117

7.1 TRAVAIL SUR ÉCRAN 118
7.2 MANUTENTION MANUELLE DE CHARGES 120

8. L'HYGIÈNE DU TRAVAIL 123

8.1 L'AIR 124
8.2 LA TEMPÉRATURE 125
Le chaud et le froid 125
L'ambiance intérieure 126
8.3 LE BRUIT AU TRAVAIL 126
8.4 L'ÉCLAIRAGE 127
8.5 LES VIBRATIONS 128
8.6 LES RAYONNEMENTS 128
8.7 LES AGENTS BIOLOGIQUES 129

9. LES LIEUX DE TRAVAIL 131

9.1 AMÉNAGEMENT ET ÉQUIPEMENTS DE BASE 132
Bureaux 132
Équipements d'utilité sociale 132
9.2 ORDRE ET PROPRETÉ 133
L'ordre et la propreté : ça ne veut pas dire la même chose pour tout le monde 133
L'ordre et la propreté : partout & tout le temps 134
L'ordre, la propreté et les accidents du travail 134
L'ordre, la propreté et le risque d'incendie 134
L'ordre, la propreté et l'ambiance de travail 134

10. PRODUITS DANGEREUX ET ENVIRONNEMENT 137

10.1 UTILISATION DE PRODUITS DANGEREUX 138
10.2 STOCKAGE DE PRODUITS DANGEREUX 142
10.3 GESTION DES DÉCHETS DE PRODUITS DANGEREUX 144
10.4 TRANSPORT DE MARCHANDISES DANGEREUSES 146
Par route 146
Par rail 147

11. LEXIQUE 151

ABRÉVIATIONS 152

AVANT-PROPOS

Le bien-être de l'ensemble de son personnel est l'une des principales priorités d'Infrabel. Je suis donc très fier que ce livret jaune de sécurité présente, de manière compréhensible, les règles de sécurité de base pour tous les collaborateurs.

Chacun de nous doit être bien informé des dangers et des risques présents chez Infrabel, et doit connaître les mesures que nous prenons pour prévenir les accidents du travail, les maladies professionnelles et les problèmes de santé. Chaque collaborateur et chaque responsable d'équipe joue également quotidiennement un rôle actif à cet égard.

Conserve ce livret, relis-le régulièrement et consulte-le si tu as le moindre doute sur certaines choses. Le bien-être au travail est un processus dynamique. Les nouvelles perspectives, expériences, évolutions technologiques et suggestions de chacun d'entre nous permettent d'ajuster les prescriptions d'aujourd'hui. N'hésite pas à discuter du contenu de ce livret avec tes collègues, ton responsable d'équipe ou ton conseiller en prévention. Ensemble, nous pouvons amener notre entreprise à un niveau de bien-être encore plus élevé et contribuer à une culture de la sécurité positive.

Que tout le monde puisse rentrer à la maison chaque jour en toute sécurité, voilà mon objectif. C'est le tien aussi, non ?

Benoît Gilson

CEO Infrabel

COMMENT UTILISER CE LIVRET ?

Ce livret décrit les principes généraux du bien-être au travail. Pour les prescriptions spécifiquement liées à une fonction et à une tâche, nous te renvoyons à la règlementation en vigueur, à la formation fondamentale et permanente, aux conférences de sécurité, aux instructions de travail et autre matériel didactique. Tu peux également trouver beaucoup d'informations sur le bien-être au travail sur notre intranet. Veille à toujours appliquer la règlementation la plus récente.

Il est impossible de compiler dans ce livret tous les dangers et tous les risques susceptibles de se présenter à un moment ou à un autre. Garde toujours à l'esprit le principe de « Safety First », et identifie les risques liés à ton travail et à celui de tes collègues. N'hésite pas à demander des conseils ou des explications à tes collègues, ton responsable d'équipe ou ton conseiller en prévention.

N'oublie pas : un accident ne se produit jamais par hasard. Il y a toujours une, voire plusieurs causes. Souvent, des situations, des opérations et des incidents dangereux l'ont précédé.

Ose tirer la sonnette d'alarme lorsque les règles ne sont pas respectées et interpeler les autres si tu constates un comportement dangereux.

Si tu surveilles l'exécution d'un travail par d'autres personnes, veille à ce que ces travailleurs respectent les prescriptions en matière de sécurité ou les mesures de prévention. Garde surtout un œil sur les nouveaux collaborateurs et explique-leur comment prévenir les risques pendant l'exécution de leur travail. N'hésite surtout pas à interpeler des collègues plus expérimentés si tu constates des opérations dangereuses. La routine fait que l'on remarque parfois moins les dangers et les risques.

Applique chaque jour les recommandations de ce livret. Tu contribueras ainsi au bien-être de chacun : le tien, bien sûr, mais aussi celui de tes collègues, de tes amis et de ta famille.

Veille à entretenir un environnement de travail ouvert et respectueux, où nous attirons l'attention des uns des autres sur la sécurité et le bien-être afin de nous améliorer chaque jour. Il vaut toujours mieux prévenir que guérir.

Remarques

- La version la plus récente de ce document est disponible sur MediaDoc.
- Tu trouveras de nombreuses informations complémentaires sur les thèmes abordés ici sur la page Sharepoint « Bien-être au travail » du Service de prévention interne.
- Écriture inclusive : comment lire ce document ? La diversité et l'inclusion font partie intégrante de nos valeurs, et cela inclut l'égalité des genres. Dans cette optique, nous veillons à ce que la plupart de nos textes soient rédigés de manière inclusive et s'adressent à tou.te.s les collègues. Toutefois, pour faciliter la lecture du livret jaune, nous n'avons pas systématiquement opté pour une écriture inclusive. Mais il va de soi que tous les mots, termes et autres dénominations utilisés dans cette publication se réfèrent à des personnes de tout sexe ou genre.

NUMÉROS UTILES

Incendie et accidents de toute nature

Les services de secours : 112

Police : 101

Agression, intrusion

Securail : 0800 30 230

SOC (Security Operations Center) : 02 525 25 25

Accident, incident sur le réseau ferroviaire

Central Dispatch (CD) (téléphone rouge) : 02 525 91 40 ou 1711

Accident, incident sur le réseau ferroviaire, avec des marchandises dangereuses

Central Dispatch (téléphone orange) : 02 525 81 50

Centre antipoisons

070 245 245

RIOC

(Rail Infrastructure Operation Center) : 02 526 30 00

Attention, pour les appels d'urgence uniquement.

Dans tous les cas, après avoir contacté le CD/Securail/le 112, informez directement votre ligne hiérarchique.

1.

PRINCIPES GÉNÉRAUX

DANGERS ET RISQUES P.15
BIEN-ÊTRE, À CHACUN DE JOUER SON RÔLE ! P.16
RESPONSABILITÉ P.23

Au sein d'Infrabel, il est souvent question de la « sécurité ». En fait, ce terme recouvre deux aspects :

1. la sécurité d'exploitation : la sécurité du trafic ferroviaire. Les prescriptions légales relatives à la sécurité d'exploitation sont rassemblées dans la loi portant le Code ferroviaire ;
2. le bien-être au travail : la sécurité et la santé des collaborateurs internes.

Ce livre met l'accent sur le bien-être au travail.

À la base de la politique du bien-être des travailleurs chez Infrabel, il y a la « loi du 4 août 1996 relative au bien-être des travailleurs lors de l'exécution de leur travail » (également appelée loi sur le bien-être) et le Code du bien-être au travail.

L'obligation la plus importante prescrite dans cette loi est l'amélioration du bien-être des travailleurs. C'est possible en menant une politique efficace en matière de Prévention et de Protection au Travail (en abrégé : PPT).

Le bien-être au travail comprend 7 domaines :

1. la sécurité du travail,
2. la santé,
3. les aspects psychosociaux du travail,
4. l'ergonomie,
5. l'hygiène du travail,
6. l'embellissement des lieux de travail,
7. l'environnement.

Ces sept domaines sont développés en détail plus loin dans ce livret du bien-être.

Le fil rouge au sein de la loi est l'élaboration d'une politique de bien-être. Cette politique repose sur des analyses de risques, et une méthode pour détecter, gérer/limiter les risques. La politique de bien-être oblige la ligne hiérarchique à procéder à des analyses des risques, au niveau de l'organisation dans son ensemble, mais aussi au niveau de la fonction et de l'individu. Ces analyses doivent être effectuées au sein d'une équipe multidisciplinaire. En d'autres termes, une équipe où différentes spécialités sont représentées. À partir de l'analyse, la ligne hiérarchique sera finalement capable de déterminer un ensemble de mesures visant à réduire ces risques pour le travailleur.

Pour déterminer ces mesures, il existe une « hiérarchie de prévention » :

1. **éliminer un danger** en remplaçant par exemple quelque chose de dangereux par quelque chose de non dangereux
2. **prévenir un risque** en réduisant l'exposition, par exemple en prévoyant un système d'aspiration dans un local de soudage pour évacuer les gaz toxiques
3. **protéger collectivement** par exemple en plaçant des écrans de protection (EPC)
4. **protéger individuellement** en prescrivant le port d'équipements de protection individuels (EPI)
5. **avertir, signaler, donner des instructions, dispenser des formations**

L'employeur examine s'il n'est pas possible de prendre des mesures ou de trouver des solutions avec une priorité accrue.

1.1 DANGERS ET RISQUES

Le danger est la propriété intrinsèque de certains matériaux, outils, produits, méthodes ou organisations, de provoquer un dommage immédiat ou à long terme.

Le risque est la probabilité que le dommage potentiel se matérialise dans certaines circonstances à cause de la manière de réagir et/ou de s'exposer au danger.

Expliquons cela suivant deux risques majeurs chez Infrabel.

Danger : électricité sur la caténaire / Risque d'électrocution

L'électricité est un danger. Les risques qui découlent d'un contact avec l'électricité sont : l'électrisation, l'électrocution ou la brûlure. Le risque (la probabilité d'un dommage) est donc bien entendu plus important dans le cas d'un conducteur électrique dénudé que dans celui d'un conducteur électrique bien isolé. Suspendre un conducteur électrique en hauteur (comme pour la caténaire) réduit le risque de contact, mais n'élimine pas le danger.

Danger : trafic ferroviaire / Risque de collision

Un train lancé à toute vitesse est incapable de s'arrêter sur une courte distance. La distance de freinage est beaucoup plus longue que celle d'une voiture sur une route. Un train en marche est donc synonyme de danger.

Sur le quai, lorsque nous attendons un train en nous tenant à une distance suffisante, le risque d'être heurté est faible.

Par contre, lorsque des travaux doivent être effectués sur une voie en service, le risque de collision est beaucoup plus élevé. Il convient donc de prendre des mesures supplémentaires pour réduire le risque.

1.2 BIEN-ÊTRE, À CHACUN DE JOUER SON RÔLE !

La loi définit une série de rôles ou d'acteurs du bien-être. Il est important que tout le monde, peu importe sa fonction, sache ce que l'on attend de lui et qu'il y ait une bonne collaboration entre les différents rôles. Les compétences de chacun sont détaillées dans le RGE.

Les acteurs du bien-être sont :

1. L'employeur
2. La ligne hiérarchique
3. Le Comité pour la Prévention et la Protection au Travail
4. Le conseiller en prévention
5. Le conseiller en prévention-médecin du travail
6. La personne de confiance / le conseiller en prévention aspects psychosociaux
7. Le travailleur

L'employeur

En tant qu'employeur, Infrabel est responsable de la mise en place de la politique du bien-être dans l'entreprise. Il est donc tenu de prendre les mesures nécessaires pour promouvoir le bien-être des collaborateurs dans l'exécution de leur travail. Dans ce cadre, Infrabel rédige une déclaration de direction.

La ligne hiérarchique (LH)

La ligne hiérarchique est chargée d'exécuter la politique définie par l'employeur. La ligne hiérarchique comprend tous les niveaux dans la hiérarchie de l'entreprise (du CEO au chef d'équipe). Quiconque dirige un autre collaborateur est considéré comme un membre de la ligne hiérarchique.

Concrètement, le représentant de la ligne hiérarchique exerce les tâches suivantes :

Les analyses de risques

Elle veille à ce qu'une analyse de risques soit effectuée pour chaque poste de travail en relation avec les 7 domaines du bien-être. Pour ce faire, elle peut demander l'avis du conseiller en prévention. En outre, elle soumet à l'employeur des propositions en vue de limiter ces risques (en commençant par les risques les plus importants). Elle intègre les risques résiduels éventuels à l'issue d'une analyse des risques via des formations, des instructions de sécurité, une signalisation, des EPI, etc.

Postes de travail

La LH effectue des contrôles sur les postes de travail afin de vérifier que les collaborateurs ont bien suivi les instructions et si tout est en ordre en ce qui concerne l'hygiène dans les ateliers, les EPI, les produits dangereux utilisés, etc.

Lorsque des irrégularités sont constatées, ou signalées, elle prend des mesures. En outre, elle fait régulièrement des rapports sur ces visites d'inspection à sa hiérarchie.

Les équipements de travail

Pour chaque équipement de travail, elle constitue un dossier reprenant les documents suivants :

- le visa du conseiller en prévention sur le bon de commande ;
- l'attestation du fournisseur permettant de vérifier que l'équipement de travail respecte les exigences de sécurité demandées. Il s'agit la plupart du temps d'une attestation CE, mais des exigences supplémentaires peuvent également être formulées ;
- un manuel dans la langue de l'utilisateur et du fabricant ;
- un document de réception précédant la mise en service (si une

réception préalable à la mise en service est exigée);

- un rapport de mise en service du conseiller en prévention.

Elle est également chargée d'assurer un suivi continu de chaque équipement de travail;

- elle sollicite l'avis du conseiller en prévention pour toute modification ou adaptation d'un équipement de travail.
- elle procède à un contrôle effectif des équipements de travail et prend des mesures si des irrégularités sont constatées.

Accueil, formation et sensibilisation

La LH prévoit le temps et les moyens nécessaires pour l'accueil, la formation et la sensibilisation de ses employés. Elle vérifie que chaque nouveau collaborateur a bien reçu une présentation PPT générale lors de son arrivée sur son lieu de travail.

La LH veille à ce que chaque nouveau collaborateur bénéficie d'un accueil PPT adapté. Elle désigne pour chaque nouveau collaborateur un agent expérimenté chargé de l'accompagner pendant une période suffisante pour qu'il puisse maîtriser sa tâche.

En outre, elle s'assure que chaque collaborateur a bien suivi les formations requises, de telle sorte qu'il puisse exécuter toutes les instructions de travail de manière correcte. Elle doit prouver les formations par des attestations et les présenter à tout moment.

L'évacuation

La LH fait en sorte que tous les collaborateurs soient informés des procédures d'urgence en matière de premiers secours, de lutte contre l'incendie, d'évacuation, de points de rassemblement.

La LH procède à un contrôle du respect des instructions et prend des mesures si des irrégularités sont constatées.

Accidents

La LH enquête sur chaque accident/incident et prend les mesures nécessaires pour éviter qu'ils ne se reproduisent.

Bien-être psychosocial

La LH se soucie du bien-être psychosocial de ses collaborateurs et crée une ambiance de travail agréable centrée sur le respect mutuel.

Feedback

Lors du signalement de situations dangereuses ou de bonnes pratiques:

- elle prend les mesures nécessaires.
- elle communique sur le sujet avec sa hiérarchie et il rend un feedback à la personne/l'instance qui a fait ce signalement.

Travailler avec des tiers (entrepreneurs, sous-traitants ou prestataires de services)

La LH s'assure que les travailleurs de firmes extérieures opérant pour le compte d'Infrabel respectent les engagements pris et les mesures de sécurité imposées.

Traçabilité

La LH veille à l'enregistrement et au suivi de toutes les opérations et tâches dans le cadre de ses responsabilités en matière de bien-être au travail.

Le Comité pour la Prévention et la Protection au Travail

Le Comité pour la prévention et la protection au travail (CPPT) est un organe de concertation au sein duquel l'employeur et les travailleurs sont représentés paritairement. Il existe chez Infrabel plusieurs comités qui sont organisés de manière régionale et selon les activités. Le CPPT:

- contribue activement à toute action permettant de promouvoir le bien-être des collaborateurs dans l'exécution de leur travail;
- rend des avis et formule des propositions concernant la politique à mener, le plan global de prévention et le plan d'action annuel;
- est impliqué dans les activités de surveillance médicale;
- approuve la désignation et le remplacement du (des) conseiller(s) en prévention;
- approuve la désignation et le retrait de la (des) personne(s) de confiance.

Le conseiller en prévention

Le conseiller en prévention est une personne spécialisée dans le domaine du bien-être qui prête assistance à l'employeur, aux dirigeants et aux travailleurs en matière de bien-être au travail.

Parmi les diverses spécialités exercées par les conseillers en prévention, il y a le conseiller en prévention sécurité du travail, qui la plupart du temps est appelé 'conseiller en prévention'. Il fait partie du Service Interne pour la Prévention et la Protection au Travail (SIPPT).

Le conseiller en prévention :

- Fournit une assistance en matière d'analyses de risques ;
- Participe à la recherche des causes des accidents du travail et des maladies professionnelles ;
- Rend un avis sur les équipements de travail (machines et outils), lieux de travail, produits dangereux et EPI ;
- Rend un avis sur les instructions de travail ;
- Rend un avis sur la formation et l'accueil ;
- Rend un avis sur les procédures d'urgence et les premiers secours ;
- Visite les lieux de travail et les postes de travail ;
- Enquête et documente chaque accident du travail ;
- Se charge du procès-verbal et de l'organisation pratique du Comité PPT ;
- Rédige les rapports mensuels et le rapport annuel relatifs au bien-être au travail.

Le conseiller en prévention-médecin du travail

Le **conseiller en prévention-médecin du travail** est chargé du suivi médical de tous les collaborateurs d'Infrabel, en fonction de leur poste de travail spécifique. Ce conseiller en prévention est attaché au Service Externe pour la Prévention et la Protection au Travail (SEPPT). Il réalise des examens médicaux périodiques et des visites sur place.

La personne de confiance et le conseiller en prévention aspects psychosociaux

La **personne de confiance** offre une assistance, donne des conseils à tout collaborateur confronté à des problèmes psychosociaux au travail. Par là, on entend par exemple le harcèlement moral, la violence et le harcèlement sexuel au travail, mais aussi le stress, de mauvaises conditions de travail, etc. La personne de confiance est un collègue qui se porte volontaire pour assumer cette tâche.

Le **conseiller en prévention aspects psychosociaux** est spécialisé dans le bien-être psychosocial. Cette personne est attachée au SEPPT.

Vous retrouverez de plus amples informations dans le chapitre Les aspects psychosociaux du travail (voir chapitre 6).

Le collaborateur

Le **collaborateur** désigne toute personne liée statutairement ou contractuellement à Infrabel. Chaque collaborateur a des droits et des devoirs.

- Chaque collaborateur a droit à la formation et à l'information. Conformément à sa formation et aux instructions, il veille à sa propre sécurité et à sa propre santé, ainsi qu'à celle des autres personnes concernées.
- Il utilise tous les équipements de travail, les produits dangereux et les EPI de manière correcte.
- Il utilise correctement tous les équipements de sécurité et ne les rend pas inopérants.
- Il informe immédiatement la ligne hiérarchique, le conseiller en prévention ou le médecin du travail quant aux dangers ou aux défauts présentés par des systèmes de sécurité.
- Il fournit une assistance à la ligne hiérarchique et au service de prévention en matière de bien-être, si on le lui demande.
- En cas de danger grave et immédiat, il peut cesser ses activités et quitter la zone dangereuse, à condition d'en avertir immédiatement la ligne hiérarchique.
- Chaque travailleur est tenu de s'abstenir de tout acte de violence, de harcèlement moral ou sexuel.
- Il attire l'attention de ses collègues ou de travailleurs de tiers sur des modes opératoires peu sûrs et ne pose pas lui-même d'actes contraires à la sécurité. Il en informe également son responsable.
- Il n'exerce que des activités pour lesquelles il est formé. Une certification est exigée pour l'exécution de certaines fonctions (de sécurité) (par exemple pour la conduite d'un chariot élévateur). N'exécutez ces tâches que si vous êtes en possession d'un certificat valide.

1.3 RESPONSABILITÉ

Tant l'employeur, la société anonyme de droit public Infrabel, que l'employé individuel, peuvent voir leur responsabilité pénale engagée pour un accident ferroviaire ou du travail, ou pour des dommages environnementaux dus à une faute, une infraction, de la négligence, de l'imprudence, un manque de soin ou de la distraction dans la gestion et l'exécution des activités.

L'employé individuel ne peut voir sa responsabilité pénale engagée que si la société et/ou la ligne hiérarchique a mis tous les moyens matériels et humains nécessaires à sa disposition pour lui permettre de supporter cette responsabilité.

2.

SITUATIONS D'URGENCE

INCENDIE ET ÉVACUATION P.26

INCIDENTS ENVIRONNEMENTAUX / INCIDENTS AVEC DES PRODUITS DANGEREUX P.38

INCIDENTS ET ACCIDENTS DU TRAVAIL P.38

LES 4 ÉTAPES POUR PORTER SECOURS P.42

SIGNALISATION DE SÉCURITÉ ET DE SANTÉ P.44

2.1 INCENDIE ET ÉVACUATION

Un incendie est souvent dramatique eu égard aux nombreux dommages matériels et aux brûlures et autres lésions qu'il est susceptible d'occasionner. La revalidation des brûlés est un processus long et particulièrement pénible. Sans oublier que de nombreux incendies coûtent aussi la vie à des personnes.

Les pertes sont dès lors immenses.

Il est donc important de bien connaître les mesures générales de prévention incendie, de lutte contre l'incendie et d'évacuation.

Le triangle du feu

Pour qu'il y ait feu, trois éléments sont nécessaires :

- une matière combustible
- une source de chaleur ou d'inflammation
- un comburant (oxygène)

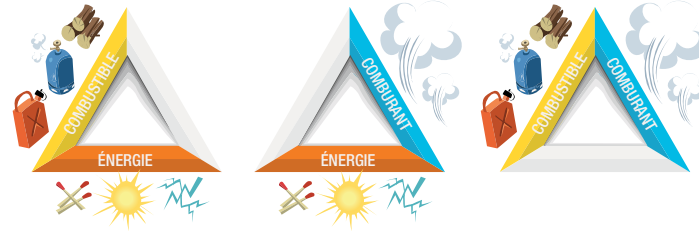
Ces trois éléments sont généralement représentés sous la forme d'un triangle que l'on appelle le « triangle du feu ».

Exemple :

Si un papier (matière combustible) entre en contact avec une allumette allumée (source d'inflammation), il va commencer à brûler grâce à l'oxygène (comburant) contenu dans l'air.

Prévention incendie

Pour éviter (prévention incendie) ou éteindre (lutte contre l'incendie) un feu, il faut éliminer l'un des trois éléments du triangle du feu.



Éliminer le comburant

- Normalement, l'air ambiant contient 21 % d'oxygène. Nous avons besoin d'oxygène pour survivre, il n'est donc pas simple de s'en passer préventivement. Certaines installations techniques (salles d'ordinateurs) d'Infrabel utilisent ce principe comme moyen d'extinction en cas de détection d'un incendie dans les locaux concernés, en chassant l'oxygène.
- De l'oxygène peut également être stocké sous pression dans des bonbonnes de gaz. Si cet oxygène s'échappe en cas de fuite, entraînant une concentration plus élevée, le risque d'incendie augmente.

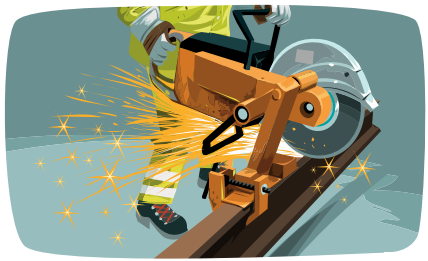
Éliminer le combustible

- Des **matières combustibles** imbibées d'huile ou de graisse, comme des vieux vêtements, des chiffons, de la sciure de bois, des déchets de bois… peuvent prendre feu spontanément en cas de hausse de la température (échauffement). Ne jetez donc pas de chiffons imbibés d'huile dans une poubelle ordinaire. Conservez ces matériaux dans des conteneurs métalliques fermés ou dans un lieu de stockage à l'air libre (aération).
- Soyez extrêmement prudent avec les **matériaux inflammables et explosifs** :
  - Conservez les produits dans un endroit à l'abri des rayons du soleil.
  - Ne vous approchez jamais de ces produits avec un objet incandescent ou une flamme.

- Les **bonbonnes de gaz** ne peuvent jamais être exposées aux rayons du soleil, ni à une quelconque source de chaleur. Il ne faut jamais lubrifier les robinets et les accessoires de récipients, de bonbonnes de gaz ou de bonbonnes d'oxygène comprimé. Lorsque vous suspectez une **fuite de gaz** quelque part, fermez si possible la vanne d'alimentation et prévenez votre responsable au plus vite.
- Tout espace renfermant des **batteries** mérite une attention particulière. Les batteries au plomb et alcalines peuvent dégager de l'hydrogène pendant la charge. À ces endroits, des mesures de sécurité spéciales doivent être prises : une aération suffisante, des appareils électriques adaptés, des interrupteurs et des luminaires résistant aux explosions, etc. En outre, il convient de prévoir la signalisation requise pour attirer l'attention sur les dangers.
- Faites également attention aux machines, vélos, trottinettes, voitures et autres appareils fonctionnant sur batterie. Prévoyez des chargeurs résistants au feu.

Éliminer la source d'inflammation

- L'interdiction de fumer est de mise dans tous les bâtiments et dans tous les véhicules de service. Les fumeurs doivent veiller à ne pas jeter une **cigarette** allumée n'importe où et s'assurer que le mégot est bien éteint.
- Des étincelles peuvent également provoquer un incendie. Soyez-donc prudent, notamment lorsque vous soudez, brûlez ou meulez. Les étincelles projetées sont dangereuses jusqu'à plusieurs mètres de distance. Renseignez-vous également auprès de votre ligne hiérarchique pour savoir si un permis de feu est nécessaire pour exécuter les travaux.



- Éteignez les appareils électriques, comme la machine à café ou votre ordinateur, après utilisation. Les appareils défectueux doivent être éteints immédiatement et déconnectés du réseau électrique. Évitez les prises de courant surchargées !

La lutte contre l'incendie

Si un incendie venait à se déclarer dans votre bâtiment, il est important de savoir comment réagir. Chaque collaborateur a un rôle à jouer, mais ce rôle n'est pas identique pour tout le monde !

En tant que **collaborateur** sans formation spécifique en terme de gestion du feu, contentez-vous de donner l'alerte. Ensuite, n'intervenez que si vous êtes en mesure de pouvoir éteindre le foyer d'incendie sans vous mettre en danger. Sachez que, si votre réaction n'est pas adéquate, vous pouvez même favoriser la propagation de l'incendie ! Si vous ne pouvez pas maîtriser le feu tout de suite, évacuez les lieux immédiatement. À ce moment-là, ce sont le **Dirigeant de la Prévention Incendie (DPI), ses assistants et les responsables de l'évacuation ou l'équipier de première intervention** qui sont compétents pour procéder à une intervention. Les responsables de l'évacuation opèrent sous la direction du dirigeant de la prévention incendie et de l'assistant du dirigeant de la prévention incendie. Ces membres du personnel sont spécialement

formés pour réagir en cas d'incendie. Enfin, si l'incendie ne peut être maîtrisé par le personnel de prévention incendie, c'est aux **pompiers** d'intervenir.

Donner l'alerte en cas d'incendie

Lorsqu'un incendie se déclare, chaque seconde compte. C'est pourquoi la plupart de nos bâtiments sont équipés de détecteurs incendie et de boutons d'alarme incendie. La plupart du temps, ces détecteurs incendie et ces boutons d'alarme incendie sont raccordés à une centrale d'alarme incendie locale. Cette centrale d'alarme est raccordée à son tour au central d'appels qui est desservi en permanence et se trouve en contact direct avec les services de secours.

Vous avez découvert un incendie ou en suspectez un ? Appuyez sur le bouton d'alarme incendie prévu !

Celui-ci active également la centrale d'alarme.

S'il n'y a pas de bouton d'alarme incendie, avertissez au plus vite le DPI, les assistants DPI et les responsables d'évacuation (les numéros d'alarme figurent sur le plan d'évacuation, qui est disponible à chaque étage).

S'agit-il d'un gros incendie ? Prévenez tout de suite les pompiers en composant le 112.

Comment faire pour éteindre un incendie ?

Pour éteindre un incendie, il est important de savoir de quel type de feu il s'agit. En effet, les feux se répartissent en différentes classes.

A **Les feux secs**
bois, papiers...

B **Les feux de liquides**
solvants, huiles, peintures...

C **Les feux de gaz**
gaz naturel, propane...

D **Les feux de métaux**
aluminium, magnésium...

F **Feux d'huile et de graisse**
friteuse...

Les moyens d'extinction ne sont pas tous adaptés pour éteindre n'importe quel type de feu. Le moyen d'extinction le plus connu est l'eau. L'eau est un moyen d'extinction très efficace pour éteindre des feux de classe A (matières solides). C'est ainsi que dans nos bâtiments, des dévidoirs sont disposés en divers endroits.

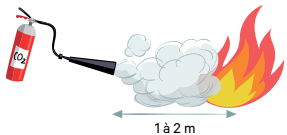
Attention:

- Il est strictement interdit de jeter de l'eau, même en quantités extrêmement faibles, sur des liquides brûlants (de l'huile par exemple).
- La plupart des liquides (légèrement) inflammables présentent une densité moins élevée que l'eau et flottent donc sur l'eau. Les asperger d'eau pendant l'extinction n'a donc pour effet que d'attiser le feu.

Dans tous les bâtiments, des extincteurs sont placés à des endroits stratégiques. Assurez-vous qu'ils soient d'un accès aisé en permanence. Ces appareils sont renseignés par des pictogrammes rouges. Sur chaque extincteur, il est indiqué à quelle classe de feu il correspond.

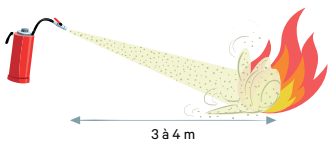
Pour utiliser les extincteurs, des règles sont à respecter.

CO_2



- Capacité d'extinction limitée pour matières solides, arroser en continu, NE convient PAS pour des feux qui couvent
- Arroser des liquides en continu (convient uniquement pour de petits feux)
- Couper uniquement l'alimentation en gaz
- Convient pour appareils électriques

Poudre



- Arroser des matières solides en continu jusqu'à extinction des flammes
- Arroser des liquides en continu
- Couper uniquement l'alimentation en gaz
- Convient pour appareils électriques

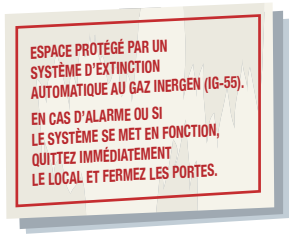
Eau et additifs (AFFF : agent formant un film flottant)

- Arroser des matières solides de manière discontinue jusqu'à extinction des flammes
- Arroser des combustibles en continu
- NE convient PAS pour le gaz, uniquement couper l'alimentation en gaz
- Convient pour des appareils électriques ≤ 1000 Volt

Dévidoir

- Arroser des matières solides de manière discontinue
- NE convient PAS pour des liquides
- NE convient PAS pour le gaz, uniquement couper l'alimentation en gaz
- NE convient PAS pour des appareils électriques

Certains locaux sont équipés d'une **installation d'extinction automatique**. L'installation d'extinction entre en action dès que l'alarme est déclenchée pour ce type de local. Quittez dès lors ce local au plus vite. Vous reconnaissez les locaux qui sont équipés d'un extincteur à gaz grâce à cette signalisation.



Quand et comment procéder à une évacuation ?

Si un incendie ne peut être maîtrisé rapidement, il faut procéder à une évacuation. Il est important de savoir où se trouvent les issues de secours et les chemins d'évacuation. Veillez à les garder dégagés en permanence. Ils sont signalés par des pictogrammes verts (voir chapitre 2.5 Signalisation de sécurité et de santé).

L'alarme d'avertissement

Signal : **discontinu** ----------

Certains bâtiments sont équipés d'une alarme d'avertissement. L'alarme d'avertissement informe certaines personnes (le DPI, le responsable d'évacuation, le technicien, l'agent d'accueil, les gardiens...) d'un début ou d'un risque d'incendie.

Lors de cette phase d'alerte, le personnel sans tâche bien définie dans le cadre de la prévention incendie **peut continuer à travailler** en se tenant prêt à évacuer si l'alarme d'avertissement se transforme en alarme d'évacuation.

Sur certains sites (par exemple dans les cabines de signalisation), il s'agit la plupart du temps d'une alarme silencieuse ou d'un buzzer qui est audible et visible sur le tableau d'une centrale d'alarme ou du répétiteur.

L'alarme d'évacuation

Signal : **continu** ————————

Par alarme, il faut entendre l'**ordre** donné à toutes les personnes présentes (travailleurs, visiteurs, ...) **d'évacuer le bâtiment et de se rendre au point de rassemblement**.

Il faut donc évacuer le plus rapidement possible, via le chemin le plus court et le plus sûr. N'utilisez jamais les ascenseurs.

Attention : l'arrêt du signal ne signifie pas la fin de l'alarme !

Consignes générales d'évacuation

- Restez **calme**.
- Fermez **portes et fenêtres** (sans les verrouiller).
- Laissez tout en place.
- Laissez les lumières allumées.
- Evacuez le bâtiment de manière ordonnée, sans précipitation mais rapidement, via l'issue de secours la plus proche.
- Rendez-vous au **point de rassemblement**.
- Vérifiez que personne ne manque à l'appel.
- Accompagnez les agents des firmes externes jusqu'au point de rassemblement.
- À cet endroit, présentez-vous auprès de votre ligne hiérarchique pour un comptage et attendez ensuite d'autres informations. La ligne hiérarchique informe le DPI sur place du résultat du comptage et/ou des absences.
- Il est strictement **interdit de pénétrer à nouveau dans le bâtiment** sans autorisation, sauf pour l'accomplissement d'une tâche particulière dans le cadre de la protection contre l'incendie.
- Suivez scrupuleusement les instructions du DPI, des responsables d'évacuation ou l'équipier de première intervention.

Lorsque les services de secours interviennent, l'officier des pompiers assure la gestion des opérations. Toutes ses instructions doivent être appliquées à la lettre.

Un exercice d'évacuation est organisé chaque année pour assimiler l'exécution de ces directives et se préparer à une alerte incendie.

CONSEILS EN CAS D'ÉVACUATION

- Faites attention aux émanations de fumée :

La plupart des incendies dégagent une **fumée** abondante. Cette fumée constitue le premier danger.

Si vous devez traverser une nappe de fumée, respirez le plus près possible du sol.

- Placez, si possible, votre mouchoir humidifié contre le nez et la bouche.
- Que faire si vos vêtements prennent feu ?
  - Si vos **vêtements prennent feu**, roulez-vous immédiatement sur le sol.
  - N'essayez pas de vous enfuir, car en courant, vous activeriez le feu.
  - Enveloppez-vous si possible d'une couverture ou d'un manteau.
  - Si vous êtes témoin d'un cas semblable, étendez la victime sur le sol et tentez d'éteindre les vêtements en feu.
- Que faire en cas de fuite de gaz ?

Lorsque du **gaz s'échappe** en brûlant d'une conduite ou d'une bonbonne, essayez de fermer le robinet. Si ce n'est pas possible, éloignez-vous aussi vite que possible.

2.2 INCIDENTS ENVIRONNEMENTAUX / INCIDENTS AVEC DES PRODUITS DANGEREUX

Que faire en cas d'incidents ou de fuites ?

A. Souciez-vous en premier lieu de votre propre sécurité.

B. Sécurisez le site de l'accident et les personnes impliquées.

C. Signalez l'accident/les faits (prévenez votre chef immédiat, la première équipe d'intervention et/ou le coordinateur du site ISO14001).

Y a-t-il une ou plusieurs victimes ?

- Evaluez l'état de la victime.
- Demandez de l'aide et prévenez le service de secours en composant le 112.

Comment traiter la fuite ?

- Portez les EPI adéquats (gants, chaussures de sécurité, etc.).
- Utilisez des granulés ou des chiffons absorbants pour enlever l'huile, l'essence, etc.
- Jetez les chiffons/granulés souillés dans les bacs à déchets prévus.

2.3 INCIDENTS ET ACCIDENTS DU TRAVAIL

En dépit de toutes les mesures de prévention, des événements fâcheux sont susceptibles de se produire sur notre lieu de travail, comme des incidents, presque accidents ou accidents du travail.

Les causes d'un accident résultent la plupart du temps d'une combinaison de divers facteurs dans le domaine de la technique, de l'organisation et de facteurs humains, comme :

- Une situation à risque
- Une opération risquée
- Un manque de connaissances
- Un matériel inadapté ou défectueux
- ...

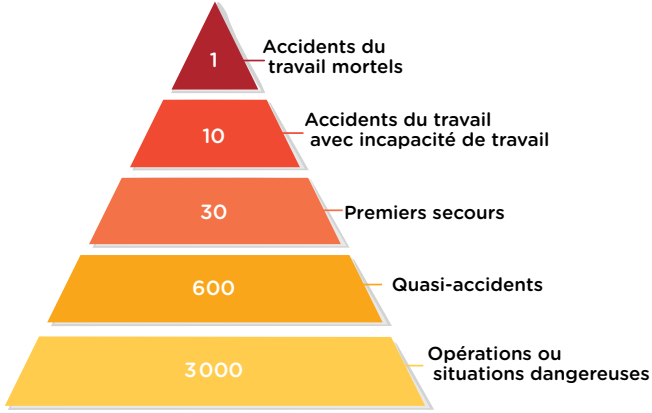
Qu'est-ce qu'un accident de travail ?

Un accident du travail est un évènement soudain survenant au cours de l'exécution du service et qui est le fait de cette même exécution, provoquant une lésion (physique ou psychique).

Qu'est-ce qu'un accident sur le chemin du travail ?

Un accident sur le chemin du travail est un évènement soudain qui survient sur le trajet normal (= trajet entre le lieu de résidence et le lieu du travail et inversement), qui provoque une lésion (physique ou psychique). Le trajet reste normal lorsqu'on effectue un détour nécessaire et raisonnablement justifiable tel que:

- pour effectuer du co-voiturage ;
- pour conduire ou reprendre ses enfants sur leur lieu de garde ou à l'école.



Pour prévenir les accidents du travail, il est donc important de signaler les situations à risques et les presqu'accidents. N'hésitez pas non plus à interpeller vos collègues si vous constatez un comportement peu sûr. Nous pouvons ainsi en tirer des enseignements pour le futur et éviter des accidents. Nous pouvons donc tous apporter notre petite contribution.

Signaler un accident ou une blessure

Si vous êtes victime d'une blessure pendant l'exécution de votre travail, vous pouvez faire appel aux secouristes d'Infrabel. Ces agents sont formés afin de prodiguer les premiers soins à tout moment. Faites-vous soigner pour n'importe quelle blessure, aussi bénigne soit-elle et n'oubliez pas de la faire enregistrer. Faites en sorte de savoir à tout moment à qui vous pouvez vous adresser pour recevoir des soins.

Si la blessure est plus grave et que vous vous sentez incapable de retourner travailler, suivez les instructions suivantes :

- Si vous êtes victime d'un accident du travail ou d'un accident sur le chemin du travail, vous devez en informer le chef immédiat au plus vite ou demander à quelqu'un d'autre de prévenir votre ligne hiérarchique le plus rapidement possible.
- N'oubliez pas d'apporter la preuve de tout accident, y compris d'un accident sur le chemin du travail. Faites constater l'accident par des témoins éventuels en prenant note de leurs coordonnées. Si possible, rendez-vous le plus vite possible chez un médecin (urgentiste). Décrivez le plus exactement possible ce qu'il s'est passé ou demandez à quelqu'un d'autre de le faire à votre place. Plus il y aura d'éléments probants et plus précis ils seront, plus grande sera la chance d'être reconnu comme accident du travail.
- Votre déclaration doit être complète et précise. Pour tout accident du travail, la ligne hiérarchique est tenue de mener une enquête et de proposer des mesures pour en éviter la répétition.

2.4 LES 4 ÉTAPES POUR PORTER SECOURS

Quelle que soit la situation d'urgence, il est important de l'évaluer correctement et de poser les gestes de premiers secours de manière appropriée, suivant une démarche en 4 étapes.

① Sécurisez le lieu de l'accident et les personnes impliquées

Évaluez les conditions de sécurité et vérifiez qu'il n'existe aucun danger additionnel (trafic, incendie, électricité…).

N'approchez du lieu de l'accident que si c'est sans danger pour vous. Dans la mesure du possible, faites en sorte que les victimes et les autres personnes présentes soient conduites en lieu sûr.

Si la situation est dangereuse et que vous ne pouvez agir sans prendre de risque, alertez les services d'urgence. En attendant l'arrivée des secours, éloignez le plus possible les personnes non concernées du lieu de l'accident.

② Évaluez l'état de la victime

Vérifiez qu'elle est consciente et respire normalement. En effet, la perte de conscience et/ou une détresse respiratoire posent de graves problèmes pouvant générer des séquelles, voire même hypothéquer les chances de survie suite à l'accident. Dites à la victime qui vous êtes et expliquez-lui ce que vous allez faire. Cela la rassurera.

③ Prévenez les services de secours

Contactez les services de secours en composant le **112**.

Veuillez leur fournir les renseignements suivants :

- le numéro du téléphone ou du GSM où ils peuvent vous joindre ;
- vos nom et prénom ;
- la nature du problème (maladie ou accident) ;
- les risques éventuels (incendie, explosion, effondrement, présence de matières dangereuses…) ;
- la localisation précise de l'accident ;
- la voie d'accès la plus proche (si vous la connaissez) ;
- le nombre de personnes impliquées ;
- l'état de chaque victime ;
- les premières mesures déjà prises.

Vous devez également répondre aux questions qui vous seront posées par votre interlocuteur ou par le médecin. Si nécessaire, convenez d'un point de rendez-vous où quelqu'un attendra les secours et, de là, les guidera vers la victime.

④ Effectuez les gestes de premiers secours

Si aucun secouriste n'est disponible, effectuez les gestes de premiers secours : gardez votre calme et ne paniquez pas.

Certains bâtiments et trains de travaux d'Infrabel disposent d'un défibrillateur automatique externe ou appareil AED. Il s'agit d'un appareil **portable** qui envoie un choc électrique au cœur. Utilisez-le en cas de suspicion d'infarctus. L'appareil vous guidera dans tout ce que vous devez faire.

2.5 SIGNALISATION DE SÉCURITÉ ET DE SANTÉ

La signalisation de sécurité au travail joue un rôle important dans la prévention des accidents et dans la protection contre des situations dangereuses.

La signalisation de sécurité vise à attirer rapidement et clairement l'attention sur des situations pouvant constituer certains dangers. La signalisation est également porteuse d'un message, en fonction du type de signalisation.

Signalisation d'interdiction

Un panneau d'interdiction est un panneau rond bordé de rouge comportant un symbole noir sur fond blanc barré d'une large bande rouge. Voici quelques exemples selon la norme NBN EN ISO 7010 :

Signalisation d'avertissement

Ces panneaux triangulaires bordés de noir comportent un symbole noir sur fond jaune. Quelques exemples selon la norme NBN EN ISO 7010 :

Signalisation d'obligation

Un panneau d'obligation est un panneau rond représentant un symbole blanc sur fond bleu. Voici quelques exemples selon la norme NBN EN ISO 7010 :

Protection obligatoire de la vue

Protection obligatoire de la tête

Protection obligatoire de l'ouïe

Protection obligatoire des voies respiratoires

Protection obligatoire des pieds

Protection obligatoire des mains

Protection obligatoire du corps

Protection obligatoire de la figure

Passage obligatoire pour piétons

Obligation générale

Protection individuelles obligatoire contre les chutes

Signalisation de sauvetage et de secours

Un panneau de sauvetage est reconnaissable à sa forme carrée ou rectangulaire et au symbole blanc sur fond vert. Voici quelques exemples selon la norme NBN EN ISO 7010 :

Matériel EHBO

Échelle incendie

Sortie de secours

Douche de sécurité

Equipement de rinçage des yeux

Premiers secours

Défibrillateur automatisé externe

Matériel de lutte contre l'incendie

Les panneaux de signalisation incendie sont carrés et comportent un symbole blanc sur fond rouge. Voici quelques exemples selon la norme NBN EN ISO 7010:

Signalisation de danger par des bandes bicolores

Les endroits qui présentent un risque doivent être pourvus de la signalisation requise, comme des rubans jaunes/noirs ou des treillis de chantier oranges.

Cette signalisation est mise en place partout où il existe un risque de se faire heurter, de chuter ou de trébucher comme les trous dans le sol, les trappes ouvertes, des endroits où des objets peuvent tomber ainsi que des passages étroits augmentant le risque de se cogner.

Chez Infrabel, nous utilisons des filets orange pour signaler des travaux à proximité de voies en service. Plus loin dans ce livret du bien-être, vous trouverez des informations complémentaires sur la distance et à quel moment les placer.

Panneaux d'avertissement de la présence d'amiante

Des produits, des emballages et des bâtiments renfermant de l'amiante sont renseignés par ce pictogramme spécial.

3.

SÉCURITÉ DU TRAVAIL - RISQUES FERROVIAIRES SPÉCIFIQUES

LES RISQUES PRÉSENTÉS PAR LES VÉHICULES FERROVIAIRES EN MOUVEMENT P.52

LES RISQUES PRÉSENTÉS PAR LES INSTALLATIONS DE TRACTION ÉLECTRIQUE P.68

AUTRES RISQUES FERROVIAIRES P.80

Travailler dans ou à proximité des voies présente deux risques spécifiques majeurs :

1. Des risques qui résultent de véhicules ferroviaires en mouvement : être heurté ou perdre l'équilibre (effet d'aspiration ou de souffle). Par véhicules ferroviaires, nous entendons notamment les trains de voyageurs et de marchandises, les trains de travaux, les engins de voie, etc.
2. Les risques liés aux installations de traction électrique : l'électrisation ou l'électrocution. Par installations de traction électrique, nous entendons la caténaire (3 kV-25 kV), les courants de retour, les locomotives, les pièces métalliques d'un wagon, les structures porteuses métalliques de la caténaire, etc.

3.1 LES RISQUES PRÉSENTÉS PAR LES VÉHICULES FERROVIAIRES EN MOUVEMENT

Les installations de signalisation permettent à un train d'effectuer le trajet prévu en toute sécurité. Cela implique que le parcours d'un train puisse se dérouler sans interruptions, que les itinéraires ne se croisent pas, qu'aucun autre train ne puisse arriver dans la même direction ou dans la direction opposée, et que la vitesse autorisée soit respectée. Les signaux implantés le long de la voie représentent l'aspect le plus visible de la signalisation. Ils servent d'interface entre la cabine de signalisation et le conducteur de train. Les signaux se composent d'un certain nombre de feux qui donnent des indications au conducteur de train. Si un signal est vert, le conducteur peut continuer à circuler sans restriction. Si le signal passe au rouge, il doit impérativement s'arrêter. Avant de rencontrer un signal rouge, le conducteur en est averti par un signal d'avertissement préalable.

Entendre, voir et être vu

Le principe général « entendre, voir et être vu » doit être observé en tout temps.

Entendre

Vous devez toujours pouvoir entendre l'alerte/l'alarme (un train qui klaxonne ou le signal d'un factionnaire/d'une vigie). Ne portez donc pas d'équipement ou de vêtement trop étanche au bruit, des écouteurs de baladeur, un MP3, un GSM … sur les oreilles, qui perturbent la perception de signaux sonores.

À proximité de machines très bruyantes, vous êtes obligé de porter un dispositif de protection auditive. Dans ce cas, vous devez faire l'objet de mesures de sécurité spéciales complémentaires pour vous protéger contre les risques des véhicules ferroviaires en mouvement. Ces mesures spéciales complémentaires sont déterminées en fonction du chantier en question.

Voir

Portez à tout moment l'équipement de travail réglementaire de la manière prescrite, pour ne pas compromettre votre vision de la voie ni perturber le trafic ferroviaire éventuel. Les cheveux longs doivent toujours être attachés.

À l'approche d'un train, faites signe (levez la main) au conducteur de train pour lui montrer que vous l'avez vu.

Être vu

Pour pouvoir être vu facilement de loin par les conducteurs de train, vous devez toujours porter – de jour comme de nuit – des vêtements de travail jaunes à haute visibilité.

Ce vêtement de travail jaune fluo à bandes rétroréfléchissantes doit toujours rester bien visible et en bon état à tout moment. En raison de l'importance d'un bon fonctionnement de ces bandes rétroréfléchissantes, vous ne pouvez jamais les laver vous-même. Si le vêtement de travail est sale ou déchiré, faites-le laver ou demandez-en un nouveau.

Les travaux dans et à proximité de voies

Si vous devez travailler dans ou à proximité de voies, le seul port du gilet fluo ne suffit pas. Lors de ces travaux, vous devez appliquer la règle 2 + 2. Cela veut dire que le haut comme le bas du corps (long pantalon de travail) doivent être revêtus d'un tenue à haute visibilité de classe 2.

Les vêtements rouges sont interdits

Le « rouge » sera toujours interprété comme un signal mobile rouge par le conducteur de train. Ce qui entraînera un freinage d'urgence.

Se déplacer sur le domaine ferroviaire

Pour vos déplacements sur le domaine ferroviaire, vous êtes astreint au port de vêtements de travail à haute visibilité (minimum gilet jaune classe 2 selon la norme EN ISO 20471).

Le factionnaire porte un gilet orange.
La vigie, l'agent garde-frontière et l'annonceur sont reconnaissables à leur brassard orange.

Zones à risque élevé

La « zone rouge » (ZD)

Par zone dangereuse, on entend la zone dans laquelle un travailleur est exposé aux risques présentés par des véhicules ferroviaires en mouvement, à savoir :

- le risque de perdre l'équilibre à cause du déplacement d'air ou de la puissance d'aspiration qui accompagne le passage d'un train ;
- le risque d'être heurté ou écrasé par un véhicule ferroviaire en mouvement.

Dans le cas d'une voie, la zone dangereuse est, d'une part, l'espace compris entre les rails de cette voie et, d'autre part, l'espace qui s'étend latéralement de part et d'autre de cette voie, jusqu'à une distance de distance de sécurité (DS) mesurée perpendiculairement depuis le bord extérieur de chaque rail.

Un travailleur ne peut JAMAIS pénétrer dans la zone dangereuse, excepté en cas d'absolue nécessité et en observant les règles de sécurité prescrites.

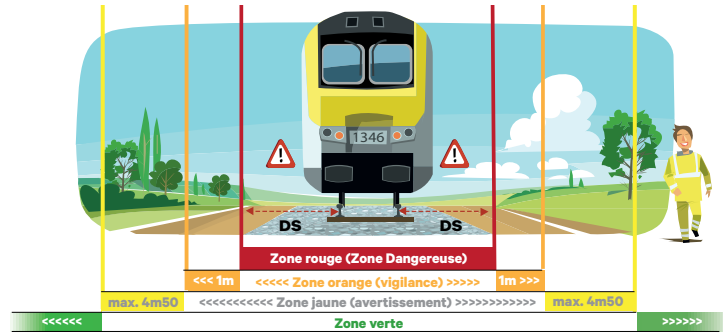
La distance de sécurité (DS)

La distance de sécurité le long d'une voie est calculée à partir de la vitesse maximale autorisée sur cette voie.

Si la vitesse sur ce tronçon du chemin de fer est égale ou inférieure (≤) à 160 km/h, la DS est de 1,50 m mesuré perpendiculairement de part et d'autre des bords extérieurs des rails.

Si la vitesse sur ce tronçon du chemin de fer est supérieure (>) à 160 km/h, la DS est de 2,00 m mesurée perpendiculairement de part et d'autre des bords extérieurs des rails.

Les différentes zones



DISTANCE DE SÉCURITÉ (**DS**)

V ≤ 160 km/h	V > 160 km/h
DS = 1,5 m	DS = 2,0 m

La zone de vigilance (Zone orange)

La ZONE ORANGE a une largeur de 1 mètre et commence à la limite de la zone de danger.

Dans cette zone, le risque d'engagement (non prévu) de la zone dangereuse par le(s) travailleur(s), et/ou le matériel manipulé, ne peut être exclu lors de l'exécution du travail et/ou des déplacements.

La zone d'avertissement (Zone jaune)

La ZONE JAUNE est située à l'extérieur de la ZONE ORANGE et s'étend jusqu'à une distance pouvant atteindre 4,50 m, mesurée perpendiculairement depuis le bord extérieur du rail.

Dans cette zone, le travailleur n'est pas exposé aux risques que présentent les véhicules ferroviaires en mouvement. Ce risque ne peut survenir qu'après déplacement (volontaire / involontaire) du travailleur vers la zone dangereuse et/ou manutention d'éléments longs (outillage, matériel, végétaux ...).

Se déplacer et traverser les voies

Pour vos déplacements, faites attention au trafic ferroviaire et marchez de préférence dans le sens opposé à la circulation des trains. Pour vous orienter le long des voies, les bornes kilométriques et hectométriques peuvent vous servir de points de repère.

En pleine voie, vous pouvez également vous fier aux signaux et aux poteaux de caténaire.

Lorsque vous devez absolument traverser les voies, la préférence est – **même si vous devez faire un détour pour ce faire** – donnée à :

1. **L'infrastructure spécialement conçue à cette fin** (comme une passerelle, un couloir sous voies ou un passage à niveau).

2. **Les traversées de service**

Dans ce cas, vous devez respecter un certain nombre de règles, à savoir :

- Respectez la signalisation installée ;
- Ne vous engagez jamais sur une traversée de service sans être sûr de pouvoir la traverser en sécurité.

3. **Absence de traversées**

Franchir des voies sans qu'il n'y ait une quelconque infrastructure pour ce faire, n'est autorisé que dans des cas tout à fait exceptionnels.

Dans ce contexte et compte tenu des risques propres aux véhicules ferroviaires en mouvement (voire à l'arrêt), vous devez respecter strictement les instructions de travail fournies.

Ces instructions portent notamment sur :

- les points précis de traversée, compte tenu de la distance de visibilité à respecter et de la présence ou non d'appareils de voie ;
- les circonstances opérationnelles dans le cadre desquelles la traversée des voies est autorisée à titre exceptionnel : description des objets ou des matériaux qui devront (éventuellement) être portés lors de la traversée exceptionnelle des voies.

Traversée des voies sur des lignes LGV

Il existe des prescriptions spécifiques pour la traversée des voies sur des lignes LGV. Consultez les bonnes conditions.

Si vous êtes porteur d'un objet grand et/ou long, portez-le parallèlement à la voie et assurez-vous qu'il n'empiète pas sur la zone dangereuse et ne puisse pas toucher la caténaire
(voir chapitre 3.2)

DIRECTIVES POUR TRAVERSER LES VOIES

- Traversez toujours les voies perpendiculairement à celles-ci, et, autant que possible, en restant hors d'une zone comportant des appareils de voie.
- Ne posez jamais le pied sur des rails ni des appareils de voie : choisissez l'itinéraire avec le moins d'obstacles.
- Des traverses peuvent être glissantes en cas de la pluie, de neige ou de verglas. Marchez donc le plus possible dans le ballast.
- Restez toujours sur vos gardes quand vous traversez et regardez alternativement à droite et à gauche.
- Le train que vous apercevez peut en cacher un autre circulant sur des voies adjacentes. Ne vous laissez pas surprendre.
- Un train que vous entendez peut couvrir le bruit d'un autre train.
- Lorsque vous entendez le train, il est souvent trop tard.
- Si un véhicule ferroviaire est immobilisé sur la voie que vous comptez traverser, contournez-le de préférence en décrivant un large cercle.
- Ne rampez en aucun cas sous un véhicule ferroviaire garé sur les voies.
- Il est interdit de se faufiler entre deux véhicules ferroviaires sur la même voie à moins qu'ils se trouvent à au moins 20 mètres l'un de l'autre et que la visibilité par rapport à un autre trafic ferroviaire éventuel et/ou à des manœuvres en cours soit suffisante. Tenez-vous à 5 mètres au moins des butoirs de chacun d'eux.
- Traversez au milieu de l'espace qui sépare les véhicules à l'arrêt.

Les emplacements de dégagement

Un emplacement de dégagement peut être un lieu sûr, situé hors de la zone dangereuse, comme une piste de circulation, une niche, une passerelle latérale, un refuge, une entrevoie suffisamment large, une zone de travail sans trafic ou une partie de quai hors zone dangereuse.

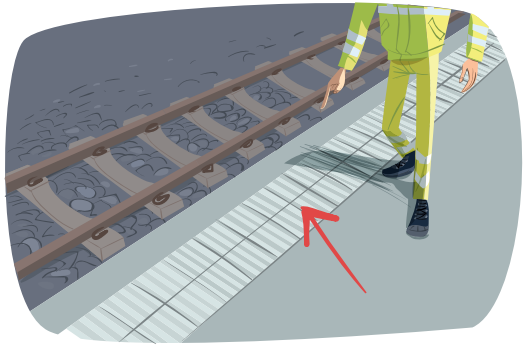
Les emplacements de dégagement et leurs accès doivent être exempts de tout obstacle. (matériaux, matériel ou outillage, câbles, ...).

- En cas de doute concernant la localisation précise d'un (d')emplacement(s) de dégagement, demandez des éclaircissements à votre dirigeant. Une bonne connaissance du terrain est primordiale !
- Lors du passage du train, assurez-vous qu'aucun objet pendant ou saillant ne puisse vous heurter. Gardez donc le convoi à l'œil.

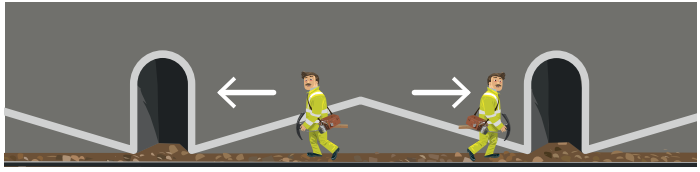
En fonction du type d'emplacement de dégagement, nous utilisons divers marquages.

- au sol, ils sont signalés par de la peinture jaune sur les pavés ou des blocs en béton dont la partie supérieure est à niveau ;

- sur les quais : dalles podotactiles (dalles à reconnaissance tactile pour aveugles) ou lignes blanches/jaunes.



- sur les parois : peinture blanche ou de dalles en plastique blanc.



Les niches cerclées de blanc dans les tunnels sont reliées les unes aux autres par une ligne blanche en chevron dont le point culminant se trouve au milieu entre deux niches. L'inclinaison vers le bas de la ligne blanche indique aux travailleurs le chemin à suivre pour atteindre la niche la plus proche du même côté de la voie en question.

À certains endroits, on trouve un panneau d'avertissement « Danger général ». Cela signifie que le chemin de service passe dans la zone dangereuse. N'entrez surtout pas dans cette zone si un train approche, et réglez votre vitesse de manière à pouvoir quitter la zone au cas où un train surgirait inopinément.

Ne pénétrez dans des tunnels à voie unique, à pertuis rond, que si la voie en question a été mise hors service.

Règles spéciales applicables aux lignes à grande vitesse

Les lignes à grande vitesse (LGV) présentent des dangers spécifiques. En raison de la vitesse à laquelle les trains peuvent y rouler (jusqu'à 300 km/h), les lignes à grande vitesse sont soumises à des consignes de sécurité plus strictes :

- vous ne pouvez pénétrer dans l'enceinte de la LGV que si vous êtes en possession d'une autorisation ou accompagné d'une personne compétente ;

- il est strictement interdit de traverser les voies d'une LGV en dehors des traversées de service, spécialement aménagées à certains endroits. Les règles d'utilisation de ces traversées étant différentes, vous devez en avoir connaissance avant de traverser ;
- il est strictement interdit de rouler à vélo le long d'une ligne à grande vitesse.

Travaux dans ou à proximité des voies

Dans le cadre de travaux sur ou aux abords des voies, on distingue deux types d'empiètement dans la zone dangereuse.

1. Empiètement Type I

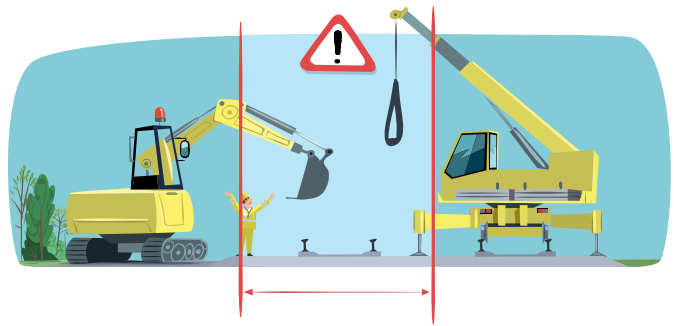
Concerne l'empiétement par :

- du personnel ;
- et/ou du matériel léger pouvant être retiré manuellement et immédiatement de la zone dangereuse, par une seule personne (Le poids du matériel léger est au maximum de 35 kg) ;
- et/ou du matériel demi-lourd pouvant être retirés manuellement et immédiatement de la zone dangereuse, par au maximum 4 travailleurs. (Le poids du matériel (équipement + accessoires) à retirer de la zone dangereuse est au maximum de 120 kg).

2. Empiètement type II

Empiétement temporaire ou permanent causé par :

- un véhicule opérant dans le voisinage de travaux, que ce véhicule se trouve aux abords de la voie ou sur une voie adjacente ;
- matériaux et/ou outillage ne pouvant être enlevés rapidement en raison de leur masse, de leur volume ou pour toute autre raison.



Un aperçu des différentes méthodes de protection

Vous êtes tenu de respecter strictement les mesures de sécurité qui ont été communiquées lors du pré-job briefing. Celles-ci assurent votre sécurité vis-à-vis de la circulation des trains. D'autre part, les méthodes de sécurité protègent également le train, le personnel de bord et les passagers contre les obstacles sur la voie.

- **Coupure totale de ligne**

  Lors d'une coupure totale de la ligne, toutes les voies de la ligne sont mises hors service, de sorte qu'aucune circulation ferroviaire n'est possible sur l'ensemble de la ligne, à l'exception des véhicules ferroviaires et des trains de travaux nécessaires pendant les travaux, qui sont soumis à l'obligation de circuler à vue.

- **Mise hors service de la voie**

  Lorsqu'une (partie d'une) voie est mise hors service, aucune circulation ferroviaire n'est possible sur cette voie, à l'exception des véhicules ferroviaires et des trains de travaux nécessaires pendant les travaux, qui sont soumis à l'obligation de circuler à vue. La circulation des trains sur la voie adjacente qui n'a pas été mise hors service reste donc possible.

- **Séparation physique des voies**

  La séparation physique est une séparation matérielle (barrière d'entre-voie type RAIL SAFETY-FENCE ou équivalent), entre la zone de travail et la zone dangereuse, qui exclut le risque d'empiètement dans la zone dangereuse. Cette barrière empêche les travailleurs et les outils ou matériaux qu'ils utilisent de pénétrer dans la zone dangereuse, lors de l'exécution de leur travail et/ou lors de leurs déplacements.

- **Blocage des mouvements matérialisé**

  Lors du blocage des mouvements, les employés effectuant des travaux dans la zone dangereuse sont protégés par la fermeture des signaux pertinents encadrant la zone de travail.

  Les signaux sont réouverts lorsqu'il est confirmé que tout le personnel et le matériel ont été retirés de la zone dangereuse. Dans des circonstances normales le blocage des mouvements n'affecte pas l'horaire existant.

  La matérialisation du blocage signifie que les employés présents sur la zone de travail maintiennent ces signaux fermés à l'aide de mesures techniques, le cas échéant en tant que mesure directe et exclusive ou en complément des mesures prises au poste de signalisation.

- **Blocage des mouvements non-matérialisé**

  Lors des blocages des mouvements non matérialisés, les signaux sont maintenus fermés par le personnel des cabines de signalisation. L'annonce, la répartition des trains et la libération de la zone de travail sont formalisées par des méthodes de communication standardisées.

- **Systèmes d'annonce**

  Le principe consiste à avertir suffisamment à l'avance la personne ou l'équipe travaillant dans la zone dangereuse de l'arrivée d'un mouvement (d'un véhicule ferroviaire) vers la zone de travail.

  Les systèmes d'annonce doivent donner une alarme au moment opportun (à temps) afin que le personnel puisse quitter la zone dangereuse à temps, ainsi que retirer les outils et les matériaux de la zone dangereuse. Ainsi, un passage sûr du mouvement peut être garanti. Ces annonces peuvent être faites par des personnes (factionnaire, vigie ou annonceur), par des systèmes techniques ou par une combinaison des deux.

  Dans certains cas, des pétards et des signaux mobiles rouges sont placés sur les voies qui, en cas de défaillance et de passage non désiré du train, émettent une alarme sonore et donnent une indication visuelle pour que le conducteur du train effectue un arrêt d'urgence.

- **Dispositifs de délimitation de la zone de chantier**

  La délimitation de la zone de chantier est un dispositif attirant l'attention des travailleurs sur l'emplacement de la limite de la zone de chantier, afin d'éviter que les travailleurs ne franchissent cette limite. Ce dispositif peut revêtir la forme :

  - d'une délimitation matérielle (équipements physiques), qui assure un rôle de délimitation (balisage) de la zone de travail, tel le filet orange ou la pose de banderoles (ruban noir /jaune) ;
  - d'une délimitation immatérielle (dispositifs technologiques) qui assure l'avertissement du personnel.

- **Supervision de la zone de chantier par un agent dédié**

  La zone du chantier peut également être délimitée par la supervision par du personnel (garde-frontière).

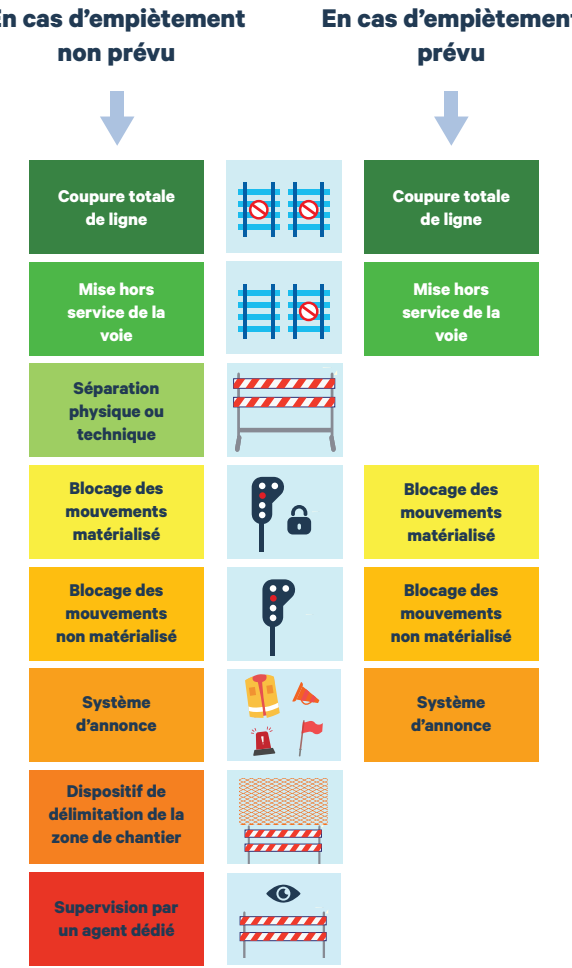
Choix de la méthode de protection à utiliser

La méthode de protection à utiliser dépend de la nature des travaux à effectuer, de l'impact sur l'exploitation de la voie, du type d'empiètement et si l'empiètement est prévu ou non.

Si l'empiètement est prévu, les méthodes de protection visent à protéger le personnel contre la circulation des trains. Si l'empiètement n'est pas prévu, des méthodes de sécurité pour empêcher l'empiètement non désiré dans la zone dangereuse peuvent éventuellement être appliquées. Une combinaison de différentes mesures est également possible.

Pour la détermination des méthodes de protection autorisées, le processus décisionnel prescrit doit être suivi pendant la phase de planification des travaux (jusqu'au niveau de l'analyse de risque si nécessaire). Dans la gamme des méthodes de protection autorisées, la hiérarchie de la prévention doit être respectée. C'est-à-dire que la méthode la plus sûre possible (techniquement et en terme de planification) doit être appliquée. Sur le terrain, avant le début des travaux, il faut toujours vérifier si la méthode de protection prévue est possible en fonction de la réalité du terrain.

La hiérarchie de la prévention



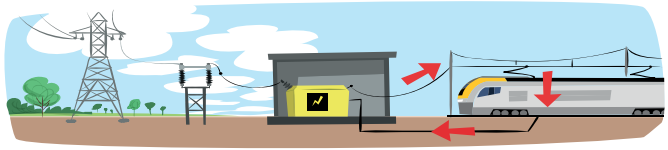
3.2 LES RISQUES PRÉSENTÉS PAR DES INSTALLATIONS DE TRACTION ÉLECTRIQUE

Généralités

Les lignes ferroviaires qui sont équipées d'une caténaire, utilisent de l'électricité comme source d'énergie pour alimenter les trains.

1. Les sous-stations de traction fournissent les tensions requises (tension continue 3 kV ou tension alternative 25 kV) aux caténaires.
2. Les pantographes des locomotives et du matériel de traction sont relevés au contact de la caténaire afin de capter le courant.
3. Le retour du courant vers la sous-station de traction est assuré via les rails et les câbles de retour du courant.

Certains éléments de construction de la caténaire et des circuits de retour du courant peuvent également se trouver sous tension.



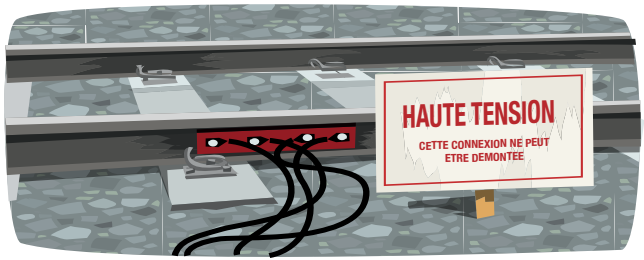
Constatation d'irrégularités concernant la caténaire

Ne touchez en aucun cas la caténaire ou l'une de ses composantes. Restez également à distance suffisante. Assurez-vous de ne pas pouvoir être touché par des éléments détachés. Même tombés à terre, des éléments de la caténaire peuvent toujours se trouver sous tension.

Si vous constatez une irrégularité à la caténaire (comme un bris ou des câbles détachés), prévenez d'abord toutes les personnes qui se trouvent à proximité du danger. Ensuite, téléphonez sans attendre au RES (Répartiteur Électricité-Signalisation) et au Central Dispatch afin de prendre les mesures requises en matière de sécurité.

S'il y a coupure dans le circuit de retour du courant de traction, les rails peuvent, dans des cas exceptionnels, se retrouver sous haute tension. Faites preuve de vigilance et vérifiez visuellement que le circuit de retour du courant de traction n'est pas coupé, par exemple faute de câbles de connexion et de retour du courant, lors de travaux dans les voies.

Partez toujours du principe que la caténaire et ses périphériques se trouvent sous tension.



À proximité de la sous-station de traction, tous ces circuits de retour du courant convergent vers un poste haute tension (HT) ou une armoire de distribution. Là où les rails sont raccordés à ce poste HT ou à cette armoire de distribution, le rail est peint en rouge et flanqué d'un panneau d'avertissement.

Autres dangers de la haute tension à proximité des voies :

- Il faut redoubler de vigilance par rapport aux parties non protégées qui se trouvent sur le toit des locomotives et des rames. Ces parties sont positionnées nettement plus bas que les fils et les câbles de la caténaire. Elles peuvent donc être touchées facilement.
- Faites attention à ne pas toucher des parties entrées fortuitement en contact avec des parties la caténaire ou avec du matériel roulant et qui se trouvent sous tension.
- En cas d'électrisation par du courant continu, il existe un risque de dissolution du sang dû au phénomène d'électrolyse. La victime doit alors TOUJOURS être transportée à l'hôpital.

Tout comme pour l'électricité (voir chapitre 4.3 Électricité), nous devons respecter à tout moment les 7 règles d'or.

Se déplacer à proximité des installations de traction électrique

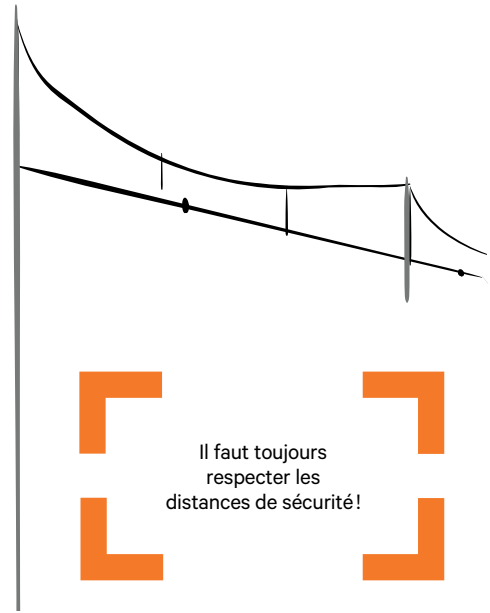
La zone dangereuse (ZD) caténaires

La zone dangereuse est la zone dans laquelle un travailleur se trouve exposé à des risques présentés par des installations de la traction électrique, à savoir le risque d'électrisation, d'électrocution ou de brûlure.

Évitez tout contact, direct et indirect, avec la caténaire.

La distance de sécurité (DS) caténaires

La distance de sécurité est mesurée depuis chaque composante de la caténaire se trouvant sous tension. Les personnes non autorisées doivent toujours se tenir à la distance de sécurité prescrite de 3 mètres de la zone dangereuse, objets compris. Pour les personnes autorisées à se déplacer sur le terrain du chemin de fer, elle s'élève à 1,5 mètre.



Il faut toujours respecter les distances de sécurité !

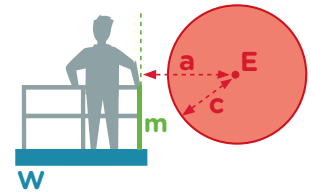
Travaux aux installations de traction électrique ou à leurs abords

La distance de sécurité à respecter pour l'exécution de travaux sur le domaine ferroviaire dépend de la catégorie de personnes à laquelle vous appartenez, à savoir : personnes sans autorisation, personnes ordinaires avec autorisation, personnes averties ou compétentes et personnes spécialisées.

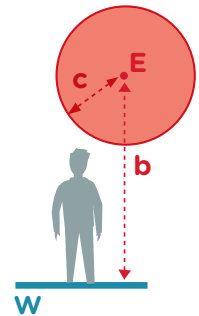
- Si vous êtes porteur d'un objet grand et/ou long, portez-le parallèlement aux voies. Assurez-vous que cet objet n'empiète pas dans la zone dangereuse et qu'il ne puisse toucher la caténaire.
- La nuit, redoublez de vigilance si vous devez transporter ou manipuler des objets. Les fils et les câbles sont alors moins visibles et il n'est pas toujours facile d'estimer la distance exacte.
- Ne dirigez jamais un jet d'eau vers une caténaire qui se trouve sous tension.
- Il est formellement interdit de grimper sur des poteaux, des parties d'ouvrages d'art ou des véhicules stationnés près d'une caténaire. En exécutant certains mouvements, on peut se retrouver involontairement en contact avec des parties sous tension.

Dans le cadre de travaux à proximité d'installations de traction électrique, il faut s'en tenir aux trois distances, en fonction de la position de travail par rapport aux éléments sous tension (E), à savoir :

- horizontale (a) jusqu'au garde-corps (m) d'une plate-forme de travail (W) ;



- verticale (b) jusqu'à la plate-forme de travail (W) ;



- cercle de la zone dangereuse (c), qui doit toujours être combiné avec (a) et (b).

Vous pouvez retrouver les différentes distances dans le tableau ci-dessous.

Important : chaque personne a l'obligation

- de garder au moins un pied sur la plate-forme de travail ;
- d'éloigner toute partie de son corps ou tout objet qu'il manipule à une distance au moins égale à (c) par rapport à toute pièce sous tension.

Catégorie d'agent (code de qualification selon RGIE art 47)	**Tension [kV]**	**Distance minimale horizontale à partir du bord de la surface de travail ou d'un garde-corps [m] «a»**	**Distance minimale verticale au-dessus de la surface de travail [m] «b»**	**Mouvements volontaires autorisés jusqu'à ... de la partie sous tension, pour les parties du corps et les objets courts (< 0,5 m) [m] «c»**	**Exemples de personnes**
Personne sans autorisation	3 ou 25	-	-	3	uniquement pour tiers.
Personne ordinaire avec autorisation	3 ou 25	2,25	3,50	1,50	Tout le personnel d'Infrabel, sauf celui mentionné ci-dessous.
Personne avertie ou qualifiée avec autorisation	3 ou 25	1,50	2,75	1,00	Les conducteurs de train ; Certains agents d'Infrastructure des spécialités Power distribution, Signalling, Tracks, Civil Engineering.
Personne spécialisée avec autorisation	3	1,25	2,50	0,50	Personnel spécialité Catenary.
	25	1,45	2,75	0,70	

Travaux à proximité des installations de traction électrique, sans empiètement dans la zone dangereuse

Vous êtes tenu de respecter strictement les mesures de sécurité qui vous ont été communiquées par votre dirigeant. Ces mesures de sécurité sont destinées à prévenir tout empiètement dans la zone dangereuse.

Les travaux avec un véhicule ferroviaire sur rails sous une caténaire

Le mouvement du véhicule doit être limité par un dispositif mécanique, de telle sorte qu'aucun de ses éléments ne puisse s'approcher à moins de 0,80 m des parties sous 3 kV et à moins de 1,00 m des parties sous 25 kV.

Si ces distances ne peuvent être respectées, une mise hors tension de la caténaire s'impose.

Lors de travaux à la caténaire proprement dite, on a encore affaire à un autre risque important : la tension mécanique. Tous les câbles qui font partie de la caténaire se trouvent sous tension mécanique. En général, les câbles sont également soumis à une tension latérale. Celle-ci assure une usure uniforme du pantographe du train, en ligne droite comme en courbe.

Lorsque la caténaire est accidentellement touchée par un véhicule, les câbles peuvent brûler et être projetés.

Travaux à proximité des installations de traction électrique, avec empiètement dans la zone dangereuse

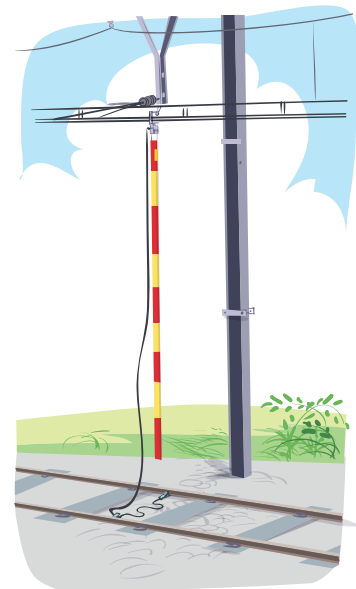
S'il n'est pas possible de respecter les distances de sécurité, les travaux doivent toujours être exécutés en mettant la caténaire hors service. Les travaux peuvent ainsi se dérouler en toute sécurité.

On ne peut s'approcher de la zone dangereuse qu'après avoir mis la caténaire hors tension.

La caténaire ne peut être considérée comme ayant été mise hors tension qu'aux conditions suivantes :

- demander la mise hors tension et la faire exécuter par le Répartiteur ES ;
- la caténaire est connectée aux rails (liaison aux rails).

Les liaisons aux rails ne peuvent être posées que par des collaborateurs spécialisés ayant suivi les formations requises. N'interrompez jamais un courant de retour qui est raccordé aux rails. Il peut en résulter une différence de tension importante (3000 V) par rapport à la terre !



3.3 AUTRES RISQUES FERROVIAIRES

Travaux avec des grues ou des excavatrices

- Tenez-vous toujours hors du rayon d'action des grues et des machines.
- Néanmoins, si vous ne pouvez faire autrement que de pénétrer dans le rayon d'action, mettez-vous d'abord d'accord avec le grutier ou l'opérateur de la machine. Gardez le contact visuel avec le grutier.
- Ne circulez jamais sous des charges en suspension.
- Lorsqu'un risque réel d'empiètement dans la zone dangereuse ou un contact avec la caténaire se présente, il faut installer un limiteur vertical et/ou horizontal.
- Utilisez autant que possible des chariots élévateurs mécaniques.

Travaux avec des véhicules ferroviaires

Évitez de monter dans un véhicule ferroviaire ou d'en descendre du côté de l'entrevoie entre deux voies principales, à moins d'être certain que la voie adjacente concernée est bien sécurisée.

- Sur une voie adjacente, évitez d'embarquer ou de débarquer du côté de la voie principale.

- Ne montez ou ne descendez d'un véhicule ferroviaire que lorsqu'il est totalement à l'arrêt.
- Embarquez et descendez toujours d'un véhicule le visage tourné vers le véhicule. Utilisez au moins trois points d'appui : soit une main et deux pieds, soit deux mains et un pied. Cramponnez-vous toujours fermement aux poignées.
- Veillez à ne pas perdre l'équilibre à cause d'un sac ou d'un autre objet que vous avez sur vous.
- Essayez d'éviter de sauter d'un véhicule et regardez où vous mettez les pieds. Faites attention aux trous ou aux obstacles.
- Si vous avez utilisé un escabeau pour monter dans un véhicule, vérifiez, avant de descendre, qu'il est toujours là.
- Il est interdit d'utiliser la grue comme un moyen de transport de personnes.

DIRECTIVES PORT DU CASQUE SUR CHANTIER

- J'ai toujours mon casque avec moi.
- Je porte mon casque :
  - Dans toute zone de chantier délimitée par un SMR, où se trouvent des trains de travaux, des grues et/ou des grues rail-route.
  - Dans chaque zone de chantier d'aménagement, d'entretien et de renouvellement de la caténaire.
  - Dans la zone de chantier où des opérations de levage ou de travail en hauteur sont effectuées (en particulier sur tout chantier d'édification et d'entretien de bâtiments et d'ouvrages d'art).
  - Sur tout chantier situé à proximité de parois rocheuses.
  - Lors de travaux urgents en cas de tempête.

La faune et la flore le long des voies

La voie est bordée par toutes sortes de plantes qui attirent une multitude d'insectes. Mais ces plantes et ces insectes ne sont pas tous inoffensifs.

Parmi les plantes, il faut principalement se méfier de la berce du Caucase. Elle peut occasionner de vives irritations de la peau et des brûlures.

Parmi les insectes, ce sont les chenilles processionnaires, les guêpes, les abeilles et les tiques qui présentent le plus de risques.

Une morsure de tique peut provoquer la maladie de Lyme. Contrôlez la présence de tiques sur votre corps, faites-les enlever et faites-vous soigner par du personnel médicalement apte.

Soyez donc sur vos gardes en présence de ces plantes et de ces insectes et évitez tout contact. Faites-vous traiter aussi pour des irritations, des réactions ou autres symptômes sans gravité apparente et assurez-en un suivi rigoureux.

4.

SÉCURITÉ DU TRAVAIL - RISQUES NON SPÉCIFIQUEMENT FERROVIAIRES

MACHINES ET OUTILLAGES P.86
TRANSPORT INTERNE P.88
ÉLECTRICITÉ P.88
TRAVAUX EN HAUTEUR P.92
TRAVAUX DANS DES ESPACES CONFINÉS P.94
SÉCURITÉ DU CHARGEMENT P.95
VÊTEMENTS DE TRAVAIL P.95

4.1 MACHINES ET OUTILLAGES

Chaque collaborateur qui travaille avec des machines ou un outillage motorisé reçoit une formation sur leur fonctionnement avant de les utiliser pour la première fois. Une fiche de sécurité (VIFIS), qui indique les EPI à porter, les mesures de sécurité et de manipulation les plus importantes, a été rédigée pour ces machines et ces outils.

Les risques les plus importants présentés par le travail avec des machines et des outils sont les suivants :

- Danger d'être happé par des parties en rotation ;
- Danger de se retrouver coincé ;
- Danger d'être heurté.

Lors de l'utilisation de machines ou d'outils, chaque collaborateur doit s'en tenir à quelques règles de sécurité générales (voir ci-contre).

Si vous n'utilisez pas de machine, restez en dehors de la zone de danger de la machine et de ses composants en mouvement.

RÈGLES DE SÉCURITÉ GÉNÉRALES POUR L'UTILISATION DE MACHINES ET D'OUTILS

- J'ai reçu une formation avant de pouvoir utiliser la machine ou l'outillage.
- Je connais et je respecte les instructions de sécurité relatives à l'utilisation de la machine ou de l'outillage.
- Je porte toujours les EPI prescrits et j'en contrôle le bon état. Je porte toujours des chaussures de sécurité et je veille à ce que mes vêtements de travail ne se retrouvent pas coincés dans la machine.
- Je ne neutralise pas les sécurités prévues pour l'utilisation de la machine ou de l'outillage.
- J'utilise toujours la commande bimanuelle pour autant qu'elle soit présente.
- Je ne fais de la machine ou de l'outillage que l'usage auquel ils sont destinés.
- Je contrôle, avant de commencer le travail, la machine ou l'outillage pour voir s'ils ne présentent pas de défauts visibles.
- Je ne fume pas quand j'utilise des machines ou des outils en présence d'un moteur à combustion.
- Je range toujours la machine ou l'outillage comme prescrit.
- Si je constate une défectuosité, je retire la machine ou l'outillage du service pour les mettre en réparation chez un technicien compétent.
- Je consulte le manuel du constructeur si je ne dispose pas de suffisamment d'informations sur l'utilisation en toute sécurité de la machine ou de l'outillage.
- Quand je travaille avec une perceuse à colonne, je ne porte pas de gants.

4.2 TRANSPORT INTERNE

Dans et autour des ateliers, on utilise souvent des équipements de travail mobiles : chariots élévateurs, nacelles, ponts roulants, grues à portique, camions, ...).

Pour pouvoir travailler avec ces appareils, il faut être en possession d'une autorisation spéciale. Elle peut être obtenue à condition de réussir une formation spécifique et de passer un examen médical adapté (vu qu'il s'agit d'une fonction de sécurité).

Ces équipements de travail représentent un risque non négligeable lors d'un transport interne. Lorsque vous vous déplacez au moyen d'un équipement de travail mobile, il est important de ne le faire que dans les zones autorisées et d'éviter de circuler dans les zones piétonnes.

Par conséquent, les piétons, les cyclistes ou les utilisateurs d'un autre appareil ont tout intérêt à toujours garder un contact visuel avec les conducteurs ou les utilisateurs de ces équipements de travail parce que ces travailleurs ont souvent la vue masquée par la charge ou la structure de la cabine de conduite. Il suffit par exemple de penser aux accidents mortels du travail impliquant des camions. Ne circulez jamais sous une charge. En présence de chariots élévateurs et de nacelles, écartez-vous toujours du rayon de braquage sauf si la machine n'est pas allumée.

Points d'attention :

- un équipement de travail mobile n'est pas un ascenseur,
- un équipement de travail mobile n'est pas un taxi,
- un équipement de travail mobile n'est pas une formule 1 : respectez une vitesse adaptée à vos déplacements sur le terrain en fonction des charges à porter.

4.3 ÉLECTRICITÉ

Dans le chapitre sur les risques spécifiquement ferroviaires, nous avons mis en lumière les dangers liés à la haute tension au niveau de la caténaire et du matériel roulant, mais la basse tension (comme 230/400 V, la tension normale des appareils domestiques), peut présenter des situations dangereuses.

Les risques liés à l'électricité

Les risques éventuels liés à l'électricité sont :

- l'électrisation ou l'électrocution
- l'explosion, l'explosion de métal ou l'incendie

L'électrisation ou l'électrocution

On parle d'électrisation lorsqu'un courant électrique traverse le corps sans entraîner la mort.

Les effets du courant électrique sur l'organisme humain dépendent des facteurs suivants :

- l'intensité du courant qui traverse le corps ;
  - un courant faible peut causer des contractions musculaires de courte durée et de légères arythmies cardiaques ;
  - un courant plus fort peut occasionner des crampes de courte durée ou des arythmies graves pouvant entraîner un arrêt cardiaque ;
  - un courant très fort peut en plus provoquer des brûlures, superficielles ou profondes ;
- la durée du passage du courant dans le corps ;
- le chemin suivi par le courant à l'intérieur du corps (le courant qui traverse la région du cœur étant particulièrement dangereux) ;
- la nature et la fréquence de la tension (continue ou alternative) ;
- la conductibilité du corps (plus l'humidité est élevée, plus la peau facilite le passage du courant).

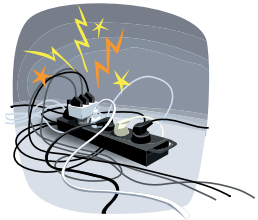
Les parties du corps entrées en contact avec un courant électrique présentent souvent des brûlures, superficielles ou non, en fonction des paramètres qui ont été exposés plus haut.

L'électrocution est une électrisation qui a pour effet d'entraîner la mort.

L'explosion, l'explosion de métal ou l'incendie

Un mauvais contact électrique, une isolation endommagée, la surcharge d'une installation, un court-circuit et des appareils électriques surchauffés peuvent provoquer un incendie ou une explosion à des endroits présentant un risque d'explosion.

Les appareils électriques



- Lisez attentivement le mode d'emploi et les instructions avant d'utiliser l'appareil en question.
- Contrôlez toujours les **appareils électriques** avant de les utiliser.
  - Le câble est-il en bon état ?
  - La fiche ou l'interrupteur ne sont-ils pas défectueux ?

Mettez l'appareil immédiatement hors service et prévenez votre dirigeant si vous craignez qu'un appareil électrique ne soit pas sûr.

- Veillez à ne pas surcharger les prises de courant en y raccordant un nombre excessif d'appareils électriques. L'utilisation de fiches multiples (« dominos ») est interdite. Utilisez plutôt **un cordon avec multiprise** tout en veillant à limiter la consommation et le nombre d'appareils pour ne pas surcharger le circuit.
- Soyez prudent lorsque vous utilisez des **rallonges**. Manipulez les cordons avec soin pour ne pas les abîmer. Attention aussi au risque de trébuchement. Soyez également attentif à l'échauffement possible des cordons enroulés.
- N'apportez pas vos appareils électriques personnels sur votre lieu de travail.
- Après utilisation, laissez les appareils et équipements électriques en parfait état. D'autres personnes doivent encore s'en servir.
- Soyez particulièrement prudent dans les espaces très humides. Le risque de choc électrique, d'électrisation, voire d'électrocution, y est beaucoup plus élevé.

Les installations électriques

Vous ne pouvez travailler sur une installation électrique que si vous êtes en possession de l'attestation requise (attestation BA4/BA5). Cette personne travaille toujours hors tension ; on ne peut opérer sous tension que dans des cas spécifiques.

Pour mettre une installation électrique hors tension, il faut appliquer les **7 règles d'or**.

1. **Préparation des travaux**

   Veillez à disposer des fiches de sécurité requises et accomplissez vous-même les formalités administratives liées aux travaux. Procédez à une analyse de la tâche prescrite avec l'équipe.

2. **Coupure**

   Mettez l'installation électrique hors tension en coupant d'abord le courant puis la tension. Coupez toujours la tension en commençant par le côté secondaire du transformateur pour remonter vers le côté primaire. La coupure doit être visible grâce à une indication ou à des contacts visuellement ouverts.

3. **Verrouillage / prévention de la réalimentation**

   Placez un panneau d'interdiction et, si possible, un cadenas afin que personne ne puisse actionner l'appareil durant les travaux.

4. **Contrôler et mesurer**

   Contrôlez, de la manière prescrite et en utilisant l'appareil de détection ou de mesure adéquat, l'absence de tension nominale sur l'installation qui sera mise à la terre.

5. **La mise à la terre, la décharge et le court-circuit**

   Cette opération met le travailleur à l'abri d'une mise sous tension intempestive de l'installation sur laquelle il travaille. Elle garantit également la décharge capacitive de l'installation. Sur certaines installations basse tension, il n'est procédé à aucune mise à la terre ni au court-circuit correspondant. Pour plus de détails, consultez les instructions de sécurité et les plans spécifiques d'Infrabel.

6. **Baliser et protéger**

   Balisez et / ou protégez les parties actives qui se trouvent toujours sous tension, à proximité immédiate de la zone de travail conformément au code de balisage. Sur certaines installations basse tension, aucun balisage n'est appliqué. Pour plus de détails, consultez les instructions de travail et les plans spécifiques d'Infrabel.

7. **La libération**

   Une fois que les formalités administratives prescrites ont été accomplies, le responsable peut donner l'autorisation de commencer le travail sur l'installation hors tension. Veillez à toujours bien fermer les armoires électriques après le travail.

4.4 TRAVAUX EN HAUTEUR

Les travaux en hauteur vous exposent au risque de chute, mais également au risque de blesser, par chute d'objet, des personnes à proximité immédiate.

Pour l'exécution de travaux en hauteur, la hiérarchie de prévention suivante est appliquée :

1. exécuter le travail en restant au sol (outillages télescopiques, poteaux basculants, ...) ;
2. exécuter le travail depuis un échafaudage ou une nacelle élévatrice (protection collective). Le travail sur échafaudage est possible si les conditions suivantes sont réunies :
   a. une personne compétente a contrôlé l'échafaudage après montage ;
   b. il y a une note d'instruction et une carte d'échafaudage pour libération de l'escalade ;
   c. les utilisateurs ont suivi une formation.
3. utiliser du matériel antichute (des EPI) s'il y a un risque de chute et qu'une protection collective n'est pas possible. Le port d'un matériel antichute est obligatoire pour les travaux en hauteur à partir de 2 mètres en l'absence de protection antichute collective.
   a. L'utilisation d'un matériel antichute requiert une formation spécialisée ;
   b. N'utilisez que du matériel antichute agréé.
4. Utilisez une échelle si les conditions ci-dessous sont rencontrées
   a. les échelles peuvent uniquement servir à monter ou à descendre de niveau, pour procéder à des inspections et à des contrôles, ainsi que pour effectuer de petits travaux de courte durée et à faible hauteur ;
   b. contrôle légal de l'échelle par un service externe de contrôle technique ou par une personne compétente ;
   c. il convient de suivre la check-list échelles à la page suivante.

CHECK-LIST ECHELLES

- Je n'utilise que des échelles contrôlées.
- J'inspecte visuellement l'échelle pour repérer des défauts éventuels.
- Je veille à opérer sur une base stable (points d'appui solides).
- Je veille à la stabilité du montage :
  - sous un angle de 65° à 75°.
  - contre un point d'appui stable.
  - je l'empêche de glisser.
- Je fais en sorte que l'échelle ne puisse pas être touchée par des tiers.
  - N'installez pas d'échelle devant une porte ou un portail, ou encerclez-la.
  - Posez éventuellement des panneaux d'avertissement.
- Une échelle ne peut être escaladée que par une personne à la fois.
- Je ne me penche pas latéralement de plus d'une longueur de bras, s'il le faut, je déplace l'échelle.
- Je monte et je descends l'échelle le visage toujours tourné vers l'échelle et en utilisant les deux mains.
- Je ne porte que des charges légères qui ne m'empêchent pas de garder une bonne prise à tout moment. Utilisez le cas échéant une ceinture à outils.
- Je veille à avoir toujours trois points d'appui : 2 pieds sur l'échelle et 1 main pour la tenir.

4.5 TRAVAUX DANS DES ESPACES CONFINÉS

Par espace confiné, on entend un espace :

- qui n'est pas conçu pour un séjour prolongé de travailleurs
- au caractère clos : possibilités d'accès limitées ou malaisées et ventilation naturelle faible
- où règne (potentiellement) une atmosphère dangereuse (danger d'intoxication, d'incendie, d'explosion (de poussières), d'étouffement, d'électrocution)

Un certain nombre d'exemples d'espaces confinés sont : les aqueducs d'un pont, des puits de pompage, un réservoir d'effluents, des gaines, ...

Travailler dans un espace confiné n'est possible que si des mesures suffisantes sont prises. Il faut :

- qu'il y règne une atmosphère sûre (ou des appareils respiratoires sont prévus) ;
- qu'il soit possible de procéder à une surveillance et à un sauvetage des travailleurs concernés (des agents de sécurité bien formés) ;
- que tous les travailleurs soient suffisamment formés.

4.6 SÉCURITÉ DU CHARGEMENT

Chez Infrabel, que ce soit pour l'exécution de tâches d'entretien ou des interventions, on utilise des véhicules de service pour se rendre sur place. Il arrive donc fréquemment de devoir transporter des outils, des matériaux et des machines. Pour assurer votre propre sécurité et celle d'autres usagers de la route, mieux vaut observer un certain nombre de règles (voir checklist plus loin).

4.7 VÊTEMENTS DE TRAVAIL

Infrabel fournit des vêtements de travail assurant une fonction de protection :

- si vous effectuez des tâches susceptibles de salir vos propres vêtements ;
- si vos propres vêtements sont endommagés ou s'usent rapidement ;
- pour vous protéger contre les produits chimiques, la faune et la flore ;
- pour vous protéger contre les projections de particules, les étincelles, les flammes, etc. ;
- pour être bien visible dans les voies et à proximité de celles-ci grâce à leurs propriétés de haute visibilité ;
- ...

Infrabel s'occupe de l'entretien, apportez donc vos vêtements de travail à la blanchisserie pour qu'ils restent propres et efficaces.

Demandez des vêtements de travail neufs lorsqu'ils sont usés ou très abîmés.

En raison des fonctions protectrices énumérées ci-dessus, les pantalons longs sont obligatoires.

Les shorts ne sont donc pas autorisés.

Si vous portez des vêtements de travail, ôtez les bijoux de vos mains et de votre cou ainsi que les longues boucles d'oreilles. Les piercings sont également déconseillés ou doivent être recouverts.

Ils peuvent en effet provoquer de graves blessures si vous restez accroché(e) quelque part ou par conduction électrique.

CHECK-LIST SÉCURITÉ DU CHARGEMENT

- Je veille à ce que le véhicule et l'espace de chargement soient propres.
- Je m'assure que le chargement ne masque pas les indicateurs de direction ni les autres feux.
- Je fais en sorte que le chargement n'obstrue pas la visibilité du conducteur.
- Je veille à ce que le chargement ne constitue pas un danger pour le conducteur, les personnes transportées ni les autres usagers de la route.
- Je m'assure que le chargement ne puisse pas occasionner de dégâts sur la voie publique.
- Je m'assure que le chargement ne compromette pas la stabilité du véhicule.
- Je veille à ce que les machines, les outils, les matériaux et les produits dangereux (bidons, bonbonnes de gaz) ne puissent pas se renverser ni tomber de la benne ou de la remorque. Je les arrime (bloque) au moyen de filets et/ou de colliers de serrage et/ou de lattes de fixation.
- Je m'assure que lors du transport de produits dangereux, les emballages soient toujours bien fermés et qu'ils soient acheminés dans l'espace de chargement qui est totalement séparé de l'habitacle réservé au conducteur.
- Je fais en sorte de ne pas dépasser la Masse Maximale Autorisée (MMA).
- Je veille à être en possession d'un document de transport ADR au cas où *(voir chapitre 10.4 Transport de marchandises dangereuses)*.

5.

LA SANTÉ

RISQUES SANITAIRES LIÉS AU TRAVAIL P.101
TRAVAIL DE NUIT ET TRAVAIL POSTÉ P.102
HYGIÈNE PERSONNELLE CHEZ SOI ET AU TRAVAIL P.105
ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE P.106

Infrabel tient à protéger autant que possible la santé de ses travailleurs au travail. En outre, Infrabel tient à les encourager à adopter un mode de vie et des habitudes alimentaires sains. En effet, c'est bénéfique pour les travailleurs comme pour l'employeur.

« Mens sana in corpore sano » : un travailleur en bonne santé se sentira mieux dans sa peau, résistera mieux au stress et sera plus productif. En outre, il sera moins souvent absent pour maladie.

Lorsque nous parlons santé, cela concerne des :

- facteurs ergonomiques, (voir chapitre 7 L'ergonomie).
- facteurs d'hygiène du travail par exemple facteurs ambiants et produits dangereux) (voir chapitre 8 L'hygiène du travail).
- facteurs psychosociaux. (voir chapitre 6 Les aspects psychosociaux du travail).
- Comme il a déjà été indiqué dans le chapitre 1.2, toute tâche à exécuter fait l'objet d'une analyse des risques. On peut notamment en déduire les facteurs ayant une influence sur la santé des travailleurs.

L'employeur est en première instance tenu de limiter autant que possible l'exposition à des facteurs de risques en appliquant la hiérarchie de prévention (voir chapitre 1 Principes généraux). Les risques qui subsistent – dits risques résiduels – fourniront une indication concernant les examens à exécuter par le conseiller en prévention-médecin du travail lors de la visite médicale (annuelle la plupart du temps). La surveillance médicale constitue une obligation légale pour l'employeur et a pour but de diagnostiquer à temps les effets éventuels sur la santé. Il est vrai que les effets du travail sur la santé ne sont la plupart du temps visibles qu'à long terme. D'autre part, tout travailleur a pour obligation de suivre les instructions destinées à prévenir les effets sur la santé, comme le port correct des EPI adéquats.

Le mode de vie individuel a également une incidence significative sur la vitalité des travailleurs. Des habitudes alimentaires saines et équilibrées, une activité physique régulière, des moments de détente et suffisamment de sommeil contribuent à une bonne santé et au bien-être de chacun. Cela donne plus d'énergie dans la vie privée comme au travail.

5.1 RISQUES SANITAIRES LIÉS AU TRAVAIL

Cette partie aborde les dangers potentiels et leurs risques pour la santé, qui peuvent conduire à des maladies professionnelles.

- Dans le chapitre sur l'hygiène du travail (voir chapitre 8 L'hygiène du travail), les aspects suivants ont déjà été abordés : le bruit, le rayonnement électromagnétique, les vibrations aux mains, aux bras et sur le corps, l'ergonomie et les produits dangereux. Dans cette partie, vous découvrirez d'autres aspects susceptibles d'avoir un impact sur votre santé..

L'amiante

L'utilisation d'amiante dans les matériaux de construction est prohibée depuis 2001. Mais il est possible de retrouver des traces d'amiante dans des bâtiments plus anciens.

Les particules ou fibres d'amiante sont si minuscules et si fines qu'en cas d'inhalation, elles peuvent pénétrer jusque dans les alvéoles pulmonaires ou dans les lymphes, ce qui peut entraîner des affections liées à l'amiante, comme le cancer du poumon.

On distingue :

- l'amiante lié : les fibres d'amiante font corps avec le matériau porteur. Tant que le matériau est en bon état, qu'il n'est pas traité ni démoli, les fibres ne s'échappent pas et il n'est pas nécessaire de prendre des mesures spécifiques. À condition donc de ne pas forer dedans, de ne pas décaper, de ne pas casser… sinon, il y a libération de fibres dans l'air.
- l'amiante non lié : dans ce type, les fibres d'amiante sont plus ou moins libres, leur permettant de se libérer plus facilement. Il s'agit de la forme dangereuse de l'amiante. Ce type d'amiante est peu rencontré chez Infrabel. Lorsqu'un risque existe d'entrer malgré tout en contact avec ce type d'amiante, des prescriptions de sécurité spécifiques sont nécessaires et il sera fait appel à un désamianteur agréé. Quoiqu'il en soit, ne vous risquez en aucun cas à enlever vous-même de l'amiante non lié.

Seule une protection respiratoire spécifique offre une protection contre l'amiante. À partir du moment où un travailleur a eu le moindre contact avec de l'amiante, il fait l'objet, dès qu'il y a été exposé, d'un suivi via la surveillance médicale. L'amiante s'inscrit dès lors dans la catégorie des risques historiques. Cela signifie que le suivi en est transmis d'employeur à employeur.

Vous devez (faire) effectuer des travaux dans un bâtiment ? Contrôlez d'abord l'inventaire de l'amiante. Vous suspectez la présence d'amiante dans un matériau donné ? Touchez-en un mot à votre dirigeant. Le matériau sera dès lors examiné par le labo, à la suite de quoi des mesures complémentaires pourront être prises si nécessaire (reprise à l'inventaire, encapsulation, enlèvement ou plan de gestion adapté).

Plomb et chrome

Des peintures à base de plomb et/ou de chrome peuvent être rencontrées dans d'anciennes couches de peinture appliquées sur l'infrastructure ferroviaire et le matériel roulant, et destinées jadis à les protéger de la corrosion.

Le traitement de surfaces contenant des substances dans les couches de peinture nécessite des mesures spécifiques (voir chapitre 8.1 « L'air »).

Quartz

Le ballast et les granulats de la voie contiennent du quartz. Le traitement mécanique du ballast et des granulats de la voie peut libérer de la poussière de quartz. L'exposition à long terme à la poussière de quartz peut provoquer des affections graves des voies respiratoires et le cancer.

Le quartz est également présent dans des matériaux pierreux tels que le béton, le granit, le grès (le calcaire) et les briques.

Des mesures spécifiques sont requises pour le traitement mécanique des matériaux contenant du quartz (voir chapitre 8.1 « L'air »).

Les infections

Infrabel prévoit une vaccination de ses travailleurs exposés à un risque potentiel de contracter des infections (parmi lesquelles le tétanos et l'hépatite).

On peut contracter par exemple le tétanos en se blessant avec un objet rouillé ou en étant mordu par un animal. Par contre, l'hépatite peut se contracter suite par exemple à un contact avec des excréments ou des résidus de drogue. Lorsque, dans le cadre de leurs activités, les travailleurs trouvent des excréments ou des traces de drogue sur leur lieu de travail, ils doivent, lorsqu'aucune procédure de traitement spéciale n'est prévue, absolument garder leurs distances.

5.2 TRAVAIL DE NUIT ET TRAVAIL POSTÉ

Le travail en équipe et surtout l'exécution de prestations de nuit est susceptible de perturber les biorythmes naturels. Nous avons dressé ci-dessous une liste de troubles et d'effets collatéraux, avec chaque fois quelques conseils pour minimiser ces troubles. En fonction de la situation personnelle des intéressés, le travail en équipe peut également avoir des effets bénéfiques (on songe à la prise en charge d'enfants, à des courses à faire, etc.).

Problèmes de concentration

Des horaires de travail irréguliers peuvent entraîner de l'insomnie, des troubles du sommeil et de la fatigue. Il peut en résulter des troubles de la concentration, une capacité de réaction affaiblie et un risque accru d'accident du travail.

Vie sociale

En outre, des problèmes familiaux peuvent surgir et on ne se sent plus apte – si ce n'est qu'avec beaucoup de difficultés – à mener une vie sociale normale, ce qui peut déboucher sur un vif sentiment d'isolement.

Habitudes alimentaires

Un manque de sommeil peut accroître l'appétit. À force de manger à des heures irrégulières, on a tendance à consommer des en-cas qui ne sont pas bons pour la santé ou des repas à faible valeur nutritive, et à développer ainsi de mauvaises habitudes alimentaires. Il s'ensuit un risque accru d'obésité, de diabète, de maladies du tube digestif, ainsi que de troubles cardio-vasculaires.

Séquelles psychiques

Dans les séquelles psychiques bénignes, signalons l'irritabilité, l'apathie et les troubles psychosomatiques. Parmi les séquelles psychiques plus inquiétantes, citons les crises d'angoisse, le burn-out et la dépression.

Les séquelles varient d'un individu à l'autre et sont fonction du sexe, de l'âge, de la condition physique, du mode de vie, de l'attitude du partenaire, de la motivation, du sentiment d'être soutenu, ...

QUELQUES CONSEILS POUR LES TRAVAILLEURS ASTREINTS AU TRAVAIL DE NUIT OU AU TRAVAIL POSTÉ :

Des conseils pour bien dormir

- Essayez de dormir environ 8 heures par jour (pas nécessairement d'une traite) ou du moins de bien vous reposer.
- Faites une sieste préventive le soir qui précède votre première prestation de nuit.
- Couchez-vous au plus vite après le travail.
- En cas de passage d'un service de nuit vers un service de jour : essayez de faire une sieste après le dernier service de nuit et allez dormir plus tôt le soir pour vous réhabituer à un rythme journalier normal.
- Dormez toujours dans votre chambre à coucher et occultez les fenêtres s'il fait clair.
- Veillez à un éclairage intense au moment du réveil et pendant la période d'activité.
- Utilisez des bouchons d'oreilles s'il y a trop de bruit ambiant en journée.
- Débranchez votre téléphone et évitez autant que possible les bruits qui dérangent.
- Prévenez ceux qui vivent avec vous de votre intention d'aller dormir.

Des conseils pour une alimentation saine

- Avant de vous coucher, évitez les repas lourds et ne buvez pas de café ni d'autres boissons contenant de la caféine (comme le coca) dans les 4 à 5 heures avant de vous coucher.
- Évitez les repas lourds avant de prendre votre service de nuit. Choisissez plutôt un repas riche en protéines (par exemple du poulet, des œufs, du fromage, de la charcuterie, etc.).
- Mangez un en-cas léger ou prenez un repas léger pendant le service du matin ou le service de nuit et évitez les aliments gras. Un repas léger stimule la vigilance et accroît le rendement au travail.
- Prenez le temps pour pouvoir manger à votre aise.

5.3 HYGIÈNE PERSONNELLE CHEZ SOI ET AU TRAVAIL

L'hygiène personnelle est importante pour votre santé mais aussi pour celle des autres. En effet, elle empêche la propagation de maladies éventuelles.

Si vous partagez votre matériel de travail avec d'autres collègues, veillez à leur laisser le tout bien propre. Quelques conseils pour une hygiène personnelle :

- Si vous avez effectué un travail salissant, prenez toujours une douche une fois le travail terminé.
- Portez les protections prescrites pour les mains.
- Lavez-vous toujours les mains avant de manger ou après être allé aux toilettes.
- Couvrez-vous le nez et la bouche lorsque vous toussez ou éternuez.
- Désinfectez et soignez immédiatement les blessures.

L'hygiène corporelle :

- Prenez soin de vous.
- Ne remettez pas des vêtements dans lesquels vous avez transpiré.
- Faites en sorte d'avoir les pieds propres, les ongles coupés courts et enfilez chaque jour des chaussettes propres.
- Prenez soin de vos mains et de vos ongles.

L'hygiène buccale :

- Brossez-vous les dents.
- Hydratez-vous suffisamment la bouche en buvant régulièrement.
- Des pastilles peuvent aider à conserver une haleine fraîche.

En cas de mauvaise haleine persistante, consultez un médecin / un dentiste.

N'en parlez toujours qu'entre quatre yeux, montrez que cela vous préoccupe et discutez-en avec la personne en question.

5.4 ALIMENTATION ET ACTIVITÉ PHYSIQUE

Quelques conseils pour la vie de tous les jours :

- Buvez suffisamment d'eau, au moins 1,5 litre par jour.
- Limitez votre consommation de boissons à base de caféine et de sucres.
- Mangez beaucoup de fruits et de légumes.
- Consommez des en-cas sains. des légumes crus, des fruits, des noix, des fruits secs.
- Prenez le temps de manger à votre aise, ne consommez pas de trop grosses quantités, mâchez bien les aliments.
- L'alcool est prohibé au travail. Limitez votre consommation d'alcool dans la vie privée. Tenez bien compte de l'heure de début de votre prestation.
- Ne fumez pas. Il est interdit de fumer dans les bâtiments et dans les véhicules de service.
- Faites de l'exercice physique au moins une demi-heure par jour.
- Prenez suffisamment de temps pour vos reposer et vous détendre.

Tout indique qu'une position assise prolongée s'accompagne d'un risque accru pour la santé. Les conseils ci-après sont également très utiles, même lorsqu'on fait du sport ou qu'on bouge en dehors du travail.

- Levez-vous régulièrement pour exercer une activité physique légère.
- Mettez-vous debout quelques instants après être resté 30 minutes en position assise sans interruption.
- Ne restez-pas assis au téléphone/en réunion.
- Prenez l'escalier au lieu de l'ascenseur.
- Faites une promenade sur le temps de midi.
- Allez aux toilettes à un autre étage.
- Si vous avez une question à poser, allez à la rencontre d'un collègue au lieu de lui téléphoner ou de lui envoyer un mail. C'est également une bonne chose pour la communication.
- Faites régulièrement des étirements.

6.

LES ASPECTS PSYCHOSOCIAUX DU TRAVAIL

PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX P.110
SÉQUELLES ÉVENTUELLES DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX P.111
STRESS AU TRAVAIL ET BURN-OUT P.113
À QUI S'ADRESSER ? P.114

Vous sentir bien dans votre peau au travail est fondamental ; en effet, vous y passez une bonne partie de votre temps. Une ambiance de travail agréable, basée sur le respect mutuel, est indispensable. Chacun de nous joue à cet égard un rôle important, du CEO au travailleur.

6.1 PRÉVENTION DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Dans la législation, la prévention de risques psychosociaux se présente comme suit : *« La probabilité qu'un ou plusieurs travailleur(s) subisse(nt) un dommage moral, qui peut également s'accompagner d'un dommage physique, suite à l'exposition à des composantes de l'organisation du travail, du contenu du travail, des conditions de travail, des conditions de vie au travail et des relations interpersonnelles (relations au travail), sur lesquelles l'employeur a un impact et qui comportent objectivement un danger. »*

Les 5 T

Organisation du travail : la structure de l'organisation, la manière dont les tâches sont réparties, les procédures de travail, les outils de gestion, la politique générale menée dans l'entreprise.

Contenu du travail : la tâche du travailleur. On retrouve dans cette catégorie tout ce qui touche à la difficulté et à la variété des tâches, à la charge émotionnelle (relation au public, contact avec la souffrance et le chagrin, devoir cacher ses émotions, ...), à la charge mentale (liée entre autres à la difficulté de la tâche), à la charge physique, à la clarté des tâches.

Conditions de travail : la nature du contrat et le type d'horaires de travail (travail de nuit, travail posté, horaires atypiques, ...), les possibilités de formation, la gestion des carrières, les procédures d'évaluation.

Conditions de vie au travail : elles visent l'environnement matériel dans lequel le travail est effectué : l'aménagement des lieux de travail, les équipements de travail, le bruit, l'éclairage, les substances utilisées, les positions de travail.

Relations au travail (les relations interpersonnelles au travail) : cela comprend les relations internes (entre travailleurs, avec le chef immédiat, avec la ligne hiérarchique, ...), mais aussi les relations avec des tiers, les possibilités de contact, la communication, ... La qualité des relations (collaboration, intégration, ...) s'inscrit également dans ce cadre.

Cela concerne des situations objectivement porteuses d'un danger et sur lesquelles l'employeur a un impact.

La prévention des risques psychosociaux fait partie du paquet des tâches de l'employeur et des dirigeants. L'employeur identifie les situations pouvant entraîner des risques psychosociaux au travail et il en détermine et évalue les risques. Il tient surtout compte de situations susceptibles d'engendrer du stress au travail : la violence physique ou psychique, le harcèlement moral ou sexuel au travail.

Chaque travailleur doit collaborer de manière constructive à cette politique de prévention et s'abstenir de tout acte de violence ou de harcèlement moral ou sexuel. Vous devez afficher un comportement positif envers vos collègues en vous ouvrant à la diversité en matière d'âge, d'ancienneté, de genre, d'origine ethnique, etc.

6.2 SÉQUELLES ÉVENTUELLES DES RISQUES PSYCHOSOCIAUX

Les risques psychosociaux se manifestent par des symptômes émotionnels, comportementaux et/ou corporels comme le stress, les troubles physiques (p. ex. le mal de dos ou la migraine, ...), la consommation d'alcool et de drogue, etc. À terme, cela pourrait déboucher sur un harcèlement moral au travail (p. ex. des conflits, de la violence, des brimades ...), sur des dépressions, un burn-out, des suicides, etc.

Violence physique et psychique

Par agression corporelle ou physique, on entend les coups portés et les blessures infligées. Des exemples d'agressions psychiques sont les cris, les insultes, les menaces, les gestes agressifs et les attaques.

Harcèlement moral

Le harcèlement moral est l'exercice systématique et prolongé d'une violence psychologique et/ou physique par une ou plusieurs personnes à l'encontre d'une autre personne, qui n'est pas (ou plus) en mesure de se défendre. Il concerne l'ensemble des actes. Toute une série d'actes qui en soi peuvent être considérés comme inoffensifs, peuvent tout de même être qualifiés de harcèlement moral une fois associés les uns aux autres. Le comportement inapproprié peut être lié à la religion ou aux

convictions philosophiques du travailleur, à un handicap, à l'orientation sexuelle, au genre, à la race, à l'origine ethnique, etc.

Harcèlement sexuel

Le harcèlement sexuel s'exprime par des effleurements ou des coups, des caresses, des attouchements, des agressions sexuelles, mais également un langage obscène, des remarques ambiguës, des insinuations à double sens, des regards lubriques, l'affichage ou l'exhibition de matériel à caractère pornographique comme des photos, des affiches, des textes, des vidéos, ...

EST-CE QUE J'AGIS CORRECTEMENT ?

- Mon comportement nuit-il au bien-être de mes collègues ?
- Est-ce que je fais preuve de condescendance ou d'arrogance envers certains collègues ?
- Est-ce que je discrimine certains collègues sur la base de leur genre, de leur origine ethnique ou de leur âge ?
- Est-ce que j'essaie d'empêcher des collègues ayant un avis divergent de s'exprimer en leur criant dessus ?
- Est-ce que j'ignore certains collègues à cause de leur religion, de leurs convictions philosophiques ou pour d'autres motifs ?

C'est à vous de fixer la limite à ne pas dépasser.

Pour tous ces comportements inappropriés, c'est vous-même qui fixez la limite. Cette limite varie d'un individu à l'autre. En d'autres termes, ce qui sera perçu comme un harcèlement moral, un harcèlement sexuel ou de la violence par les uns, ne le sera peut-être pas par d'autres. Si quelqu'un fait savoir qu'un comportement donné le dérange, cela doit cesser.

Exemple : cacher les chaussures de sécurité d'un collègue peut être vu par certains comme une gaminerie, mais aussi comme une forme de harcèlement par d'autres. C'est la personne elle-même qui décide de ce qui va trop loin pour elle et c'est un choix qu'il faut respecter.

6.3 STRESS AU TRAVAIL ET BURN-OUT

Le **stress** fait partie de la vie. Il nous rend capable de réagir promptement et de nous concentrer sur notre travail. Le stress reste sain tant qu'on a les moyens de décompresser.

Le **stress** au travail s'installe lorsqu'on a le sentiment de ne plus disposer des ressources nécessaires pour faire face à la tâche. Un déséquilibre survient entre les exigences de l'environnement de travail et ce qui est possible pour vous. Le stress impacte négativement la santé mentale et physique, le bien-être et la productivité.

Il existe plusieurs sources de stress au travail. Parmi les principales, il y a une charge de travail accrue, des délais trop serrés, des tâches mal définies, un manque de soutien social, l'instabilité d'emploi, un manque d'autonomie, un travail monotone, etc.

Le **burn-out** est symptomatique d'un épuisement professionnel qui se caractérise par un épuisement émotionnel conséquent, un sentiment de ne pas être assez compétent et une attitude cynique par rapport aux relations de travail. Un burn-out peut être associé à une exposition prolongée au stress, ce qui peut entraîner un décrochage professionnel.

Le **bore-out** est la conséquence d'un ennui sans fin. Un job doit proposer son lot de défis, de telle sorte qu'à la fin de la journée de travail, vous soyez content du travail accompli.

Un bore-out peut par exemple survenir lorsque le travailleur a trop peu de choses à faire. L'ennui s'empare alors de lui et suscite un sentiment de vide et d'inutilité. Il se peut qu'on exige beaucoup de vous, mais aussi trop peu.

6.4 À QUI S'ADRESSER ?

Votre supérieur hiérarchique

Parlez-en tout d'abord avec votre **dirigeant**. Il reste le premier interlocuteur lorsque vous rencontrez des problèmes dans le cadre de risques psychosociaux.

La personne de confiance et le CPAP

Lorsqu'il n'est pas possible de parler à votre dirigeant et/ou lorsque ce n'est pas la solution, vous pouvez vous tourner vers **la personne de confiance**. C'est un collègue que vous pouvez consulter en toute confiance, qui peut vous fournir les informations nécessaires, et qui peut éventuellement vous soutenir en cas de conciliation ou d'intervention. C'est ce qu'on appelle « une demande d'intervention psychosociale informelle ». Vous pouvez trouver la liste la plus récente des personnes de contact sur l'intranet, ou la demander à votre conseiller en prévention ou au représentant de votre CPPT.

En outre, vous pouvez également faire appel au **conseiller en prévention aspects psychosociaux** qui est lié au service de prévention externe. Cette personne est également compétente pour traiter une « demande d'intervention psychosociale formelle ».

Les coaches en stress et burn-out

Lorsque la situation de stress persiste et que des symptômes physiques ou émotionnels apparaissent, il est temps d'agir.

Le collaborateur qui se trouve dans une telle situation peut faire appel à ces coachs, sans accord préalable et en toute confidentialité.

Les coaches en stress et burnout sont là pour les collaborateurs désireux d'un soutien dans leur recherche de gestion saine de situations stressantes.

Procédure interne et externe

Lorsque la **procédure interne** via la personne de confiance et/ou le conseiller en prévention aspects psychosociaux n'a pas eu l'effet escompté, vous pouvez également faire appel à une **procédure externe** en vous adressant à l'inspection Surveillance Bien-être au travail, au tribunal du travail ou à l'auditorat du travail.

Vous trouverez des informations plus détaillées sur les procédures à suivre sur l'intranet ou auprès des personnes de contact susvisées.

Infrabel met également un registre de faits de tiers à disposition chez la personne de confiance pour les travailleurs victimes d'actes de violence ou de harcèlement moral ou sexuel commis par des tiers (non-Infrabel). Votre déclaration peut y être enregistrée (sous le couvert de l'anonymat ou non). Ce registre sert d'input aux analyses de risques qui contribuent à l'amélioration de la politique de prévention.

7.

L’ERGONOMIE

TRAVAIL SUR ÉCRAN P.118
MANUTENTION MANUELLE DE CHARGES P.120

L'ergonomie est l'étude de l'interaction entre l'homme et son environnement de travail et a pour but d'adapter le travail un maximum aux possibilités tant physiques que mentales de l'être humain.

L'environnement de travail doit être conçu de manière à pouvoir réduire au minimum les effets négatifs sur notre santé à court et à long terme, d'autant plus que nous carrières vont être allongées.

Pour le travail sur écran, nous songeons à l'importance d'un agencement ergonomique de notre lieu de travail, au bon réglage de notre siège, à la surface de travail, à l'écran, au clavier et à la souris. Plus loin dans ce chapitre, vous trouverez des conseils et directives à cet égard.

En ce qui concerne la manutention manuelle de charges, les conditions de travail ne sont pas toujours aussi commodes à adapter. C'est pourquoi il importe, dans un environnement ferroviaire (inégalités de terrain, ballast, berme), de prendre conscience d'une technique d'élévation correcte et de l'utilisation d'accessoires appropriés là où c'est possible.

7.1 TRAVAIL SUR ÉCRAN

La position assise est une cause majeure de maux de dos et de nuque quand on travaille sur écran. Une position incorrecte peut induire une surcharge au niveau de la nuque, des épaules, des coudes ou des poignets. Une mauvaise circulation du sang dans les jambes peut entraîner l'apparition de varices.

Changer régulièrement de position vous permet de mieux vous détendre, ce qui est bon pour la concentration. Personne n'est fait pour rester assis des heures durant sur une chaise. Même si vous disposez d'un excellent environnement de travail, veillez à vous lever et à vous dégourdir régulièrement les jambes. Prenez des micro-pauses actives et allez par exemple chercher le courrier, marchez jusqu'a l'imprimante, préparez une tasse de café ou passez voir un collègue concernant un dossier en cours. Si des tables debout sont disponibles, n'hésitez pas à les utiliser. Levez-vous de temps en temps pendant les réunions en ligne.

En télétravail, il est également important d'appliquer ces conseils d'ergonomie autant que possible.

L'IMPORTANT EST D'ADOPTER UNE POSITION CORRECTE LORSQUE VOUS PRENEZ PLACE DEVANT L'ÉCRAN. SUIVEZ LES CONSEILS CI-DESSOUS :

- Posez les pieds à même le sol.
- Hauteur de l'assise : Veillez à ce que les hanches forment un angle ouvert (angle compris entre le tronc et les cuisses d'un peu plus de 90°).
- Profondeur de l'assise : Laissez de l'espace au creux du genou (l'espace entre le pli du genou et l'assise) et réglez l'assise sur dynamique (ne pas bloquer).
- Positionnez le soutien lombaire juste au-dessus de la ceinture abdominale.
- Réglez la table jusqu'au niveau des coudes et prévoyez suffisamment d'espace pour les jambes.
  Si votre table n'est pas réglable en hauteur, utilisez un repose-pied ou placez des petits blocs sous la table pour créer un bonne position de travail.
- Positionnez le dessus de l'écran le plus possible à hauteur des yeux.
  En cas d'utilisation prolongée d'un ordinateur portable, utilisez un support pour laptop, un écran supplémentaire, un clavier séparé, une souris externe.
  Placez le clavier droit devant vous (à plat, c'est mieux, donc sans pieds si vous êtes capable de taper sans le regarder, sinon mieux vaut utiliser les pieds) et à 15 cm du bord de la table. Rapprochez-vous de la surface de travail.
- Placez votre écran (vos écrans) droit devant vous à une distance de 50 à 70 cm (longueur de bras étendu). L'installation dépendra de l'utilisation proprement dite (1 écran, 2 écrans avec 1 écran principal, utilisation simultanée...). Placez l(es) écran(s) le(s) plus utilisé(s) droit devant vous afin d'éviter de vous tordre le cou. Placez le bord supérieur de l'écran au maximum à hauteur des yeux.
- Utilisez votre souris à côté de votre clavier.
- Veillez à avoir suffisamment d'éclairage et un contraste adapté à votre environnement. Placez votre écran perpendiculairement à la fenêtre à au moins 2 m de distance. Évitez les reflets dus à la lumière artificielle.

7.2 MANUTENTION MANUELLE DE CHARGES

Par manutention manuelle de charges, nous entendons aussi bien le levage que le déplacement de charges (individuellement ou en équipe).

Lors de ces activités, il convient d'observer un certain nombre de points d'attention importants pour éviter les accidents. Ces mesures se rapportent :

- à la charge proprement dite (poids, dimensions, prise, emballage, contenu)
- aux conditions de travail (équipements, localisation, sous-sol, fréquence des travaux)
- à des facteurs individuels (force physique, position du corps)

CONSEILS POUR LA MANUTENTION MANUELLE DE CHARGES

- Vérifiez d'abord que vous ne pouvez pas utiliser d'équipements appropriés.
- Évitez les mouvements néfastes (se pencher en avant, se pencher en arrière ou se livrer à des torsions).
- Faites toujours une bonne estimation du poids (vérifiez que le poids n'est pas indiqué quelque part et, en tout cas, veillez à ne pas surestimer votre capacité et demandez éventuellement l'aide d'un collègue.
- Des muscles bien échauffés préviennent les élongations.
- Inspirez profondément avant de soulever : des poumons remplis d'air soutiennent votre colonne vertébrale.
- Évitez les mouvements brusques.
- Poussez la charge plutôt que de la tirer, de préférence avec les mains à hauteur de la poitrine.
- Saisissez fermement la charge. S'il y a des poignées, utilisez-les.
- En levant la charge :
  - Veillez à ce que votre corps reste en équilibre et aussi stable que possible lorsque vous manutentionnez une charge. Positionnez-vous aussi près que possible de la charge, les pieds légèrement écartés (en mettant l'un des pieds un peu plus en avant). Veillez à ce que vos pieds soient bien à plat sur le sol et ne commencez à soulever qu'à ce moment-là.
  - Tenez la charge près du corps.
  - Tenez-vous droit.
  - Pliez les genoux, utilisez les muscles des jambes pour vous redresser.
  - Déplacez les pieds au lieu de tourner le tronc.
  - Ne levez pas des charges trop lourdes.
- Si vous levez et déplacez des charges en **équipe** :
  - Choisissez de préférence des collègues de la même stature que vous.
  - Désignez ensuite une personne qui coordonnera les mouvements.
  - Avancez tous ensemble, en cadence.
  - Discutez au préalable du chemin que vous allez prendre et assurez-vous qu'il soit libre d'obstacles.

8.

L'HYGIÈNE DU TRAVAIL

L'AIR P.124
LA TEMPÉRATURE P.125
LE BRUIT AU TRAVAIL P.126
L'ÉCLAIRAGE P.127
LES VIBRATIONS P.128
LES RAYONNEMENTS P.128
LES AGENTS BIOLOGIQUES P.129

L'hygiène du travail consiste à veiller à ce que l'environnement et les conditions de travail soient sains et acceptables. Dans l'environnement de travail, on peut distinguer des facteurs ambiants perturbants et nocifs. Dans un certain sens, ils peuvent impacter le confort des travailleurs et leur santé. Cela n'a donc rien à voir avec l'hygiène personnelle des travailleurs (prendre des douches, se laver les mains, ...).

Vous avez des questions ou des remarques sur l'hygiène du travail ? Prenez contact avec votre chef immédiat.

8.1 L'AIR

Les poumons assurent l'oxygénation du corps. Si l'apport d'oxygène dans le corps ne s'opère pas comme il faut, nous sommes incapables de fonctionner de manière optimale.

La qualité de l'air sur le lieu de travail est tributaire des conditions de travail et/ou des facteurs ambiants.

Si vous manquez d'oxygène ou que vous êtes exposé à des produits dangereux, vous pouvez souffrir de maux de tête ou de nausées. Si c'est le cas, quittez le local ou l'atelier et veillez à disposer de suffisamment d'air.

Lorsque vous devez effectuer des travaux dans des espaces confinés, la quantité d'oxygène peut descendre jusqu'à un niveau extrêmement bas, ce qui nécessite la prise de mesures spéciales (comme des appareils spécifiques, des formations, une surveillance supplémentaire, un garde de sécurité, etc.) (voir chapitre 4.5 Travaux dans des espaces confinés).

Certains produits dangereux sont nocifs une fois inhalés. Ils se retrouvent alors dans le sang via les alvéoles pulmonaires. Veillez dès lors, pour chaque produit que vous utilisez, à en connaître les dangers, à respecter les mesures prescrites (protection respiratoire, utilisation à l'air libre, sous une hotte dans un labo, etc.), ainsi que le champ d'application des produits.

N'expérimentez jamais les produits et n'utilisez-les que pour l'usage auquel ils sont destinés.

L'air peut également être pollué par de fines particules (par exemple par de la poussière fine qui est rejetée par des installations de combustion et des moteurs). La poussière est retenue la plupart du temps et en grande partie par les poils du nez ou par la trachée et quitte le corps lorsqu'on tousse, se mouche le nez, expectore ou via le tube digestif. Les particules particulièrement fines de poussière peuvent pénétrer jusque dans les petites alvéoles pulmonaires et réduire ainsi votre capacité pulmonaire (pneumoconiose) et provoquer ultérieurement un cancer du poumon. Sur le lieu de travail, une multitude d'activités peuvent générer de la poussière.

a. Des techniques mécaniques comme le meulage, le forage, le sciage et le ponçage peuvent également entraîner un dégagement de poussière. Certains appareils permettent de vaporiser de l'eau pendant l'utilisation afin de faire obstacle à la poussière. D'autres machines sont de leur côté équipées d'un dispositif d'aspiration de poussière. Servez-vous de ces équipements pour enrayer la formation de poussière. Si malgré tout il y a un dégagement de poussière, il faut porter une protection respiratoire.
b. Lors du traitement mécanique du ballast (les pierrailles sur lesquelles les voies reposent), comme le déversement ou le criblage de ballast, il y a également un dégagement de poussière. Portez toujours un appareil de protection respiratoire.

8.2 LA TEMPÉRATURE

Le chaud et le froid

Certains travaux sont exécutés en extérieur, ce qui expose parfois les collaborateurs concernés à des températures extrêmement basses ou élevées. De même, la température dans certains locaux peut atteindre des pics excessifs pendant les périodes de grande chaleur. Si les températures deviennent extrêmes, des mesures spéciales sont prises au sein d'Infrabel. Cela peut aller de mesures organisationnelles, à la fourniture de vêtements de travail adaptés et de boissons.

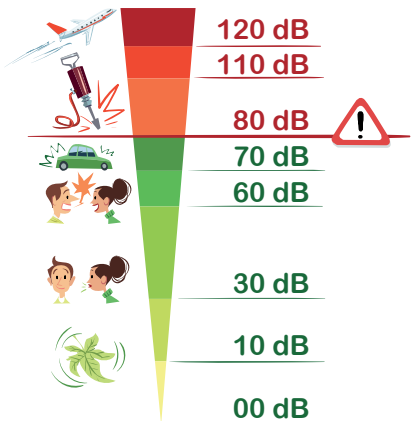
L'ambiance intérieure

Evitez un rayonnement excessif du soleil à l'intérieur des locaux en utilisant des stores.

Les systèmes de chauffage central ou de climatisation peuvent produire de l'humidité, des courants d'air ou des températures inconfortables. Signalez-le à votre ligne hiérarchique ou à votre conseiller en prévention. Mais rendez-vous bien compte que ce que vous trouvez désagréable à titre personnel n'est pas toujours perçu comme tel par d'autres collaborateurs.

8.3 LE BRUIT AU TRAVAIL

Aux abords du domaine ferroviaire, une bonne ouïe revêt une importance capitale. Il va de soi que vous avez intérêt à protéger vos oreilles, tant au travail (par exemple en présence de machines bruyantes) que pendant vos loisirs (par exemple à un concert).



Lorsque nous sommes exposés au bruit (au travail ou dans la vie privée), cela peut, en fonction de la pression acoustique et de la durée d'exposition, avoir les conséquences suivantes:

- une difficulté à se concentrer, des palpitations, du stress, ...
- distorsion des sons (surdité temporaire ou sifflements)
- des lésions irréversibles: surdité ou acouphènes (sifflements permanents)

Bien qu'une exposition de courte durée à une pression acoustique extrême puisse avoir des conséquences immédiates, la perte auditive ne survient généralement qu'à long terme. C'est pourquoi le conseiller en prévention-médecin du travail procède à un test auditif lors de la surveillance périodique de santé.

Dans la réglementation, différentes valeurs sont proposées avec recommandation ou prescription de mesures explicites telles que le port d'une protection auditive.

Dans un environnement de bureau, un niveau sonore trop élevé peut être perçu comme désagréable, la communication entre collaborateurs pouvant s'avérer plus difficile.

C'est pourquoi nous essayons autant que possible de confiner les appareils bruyants dans un local séparé.

En tant que collaborateur, vous pouvez vous aussi apporter une petite contribution:

- utilisez une imprimante centrale;
- essayez de tenir vos réunions dans les locaux prévus à cet effet;
- lorsque vous êtes au téléphone ou en réunion en ligne, tenez compte de vos collègues.

8.4 L'ÉCLAIRAGE

Veillez à une bonne intensité lumineuse et à une diffusion correcte de la lumière sur votre lieu de travail: réglez la luminosité et prenez soin de ne pas travailler dans votre propre ombre ou de ne pas être aveuglé par le soleil. De cette manière, vous évitez des accidents.

Utilisez un éclairage individuel lorsque vous devez vous déplacer dans ou à côté de la voie et que l'éclairage le long de la voie se révèle insuffisant.

Pour pouvoir exécuter le travail dans des espaces de bureau de manière adéquate et en toute sécurité, Infrabel veille à ce qu'il y ait suffisamment de lumière et que celle-ci soit adaptée à la tâche à exécuter. Il peut s'agir d'une lumière naturelle, d'un éclairage artificiel général ou d'une lampe de bureau individuelle.

Si le contraste est trop prononcé entre le poste de travail et l'environnement immédiat du travailleur (par exemple à cause de la présence de fenêtres, de l'aménagement intérieur et des couleurs utilisées), il peut en résulter une fatigue visuelle caractérisée par des douleurs aux yeux et des maux de tête. N'hésitez pas à le signaler; la plupart du temps, des adaptations mineures à l'aménagement intérieur suffisent pour résoudre le problème.

8.5 LES VIBRATIONS

Certains équipements de travail, comme les marteaux-piqueurs, les bourreuses (manuelles) ou les chariots élévateurs, produisent des vibrations. Les nuisances vibratoires résultant de l'exposition du corps à des vibrations peuvent notamment engendrer de la fatigue.

Une exposition excessive et prolongée à des vibrations peut entraîner des soucis physiques au niveau des membres et du corps.

On peut se protéger des vibrations en travaillant avec un outillage qui est bien entretenu. Essayez de réduire le temps de travail avec de telles machines et n'appliquez pas de force excessive sur l'appareil. En outre, vous pouvez porter des gants qui atténuent les vibrations lors de l'utilisation de ces machines.

Les vibrations aux mains, aux bras et au corps peuvent causer des affections des vaisseaux sanguins, du squelette, des articulations, des nerfs et des muscles. Ces affections peuvent impacter la locomotion, le système vasculaire et le système nerveux. Quelques exemples : des fourmillements dans les doigts, des problèmes aux articulations du poignet, des genoux ou de l'épaule et des inflammations au bas du dos. L'une des affections les plus connues pouvant être notamment provoquée par des vibrations est le RSI ou « repetitive strain injury ».

8.6 LES RAYONNEMENTS

Dans notre environnement de tous les jours, les rayonnements sont partout. En fonction du type de rayonnement et de l'exposition éventuelle aux rayons, le rayonnement peut être nocif pour le corps humain. Pour chaque type de rayonnement artificiel, des taux limites ont été fixés. Il en existe 2 sortes, à savoir le rayonnement ionisant et le rayonnement non-ionisant.

Le rayonnement non-ionisant est présent au travail et dans la vie de tous les jours : rayons du soleil, rayonnement électromagnétique nécessaire pour les GSM, le Wi-Fi, les ondes radio et les micro-ondes et champ magnétique généré par les conducteurs/composants sous tension. Lorsque vous utilisez ces installations de manière normale et raisonnable, vous ne courez aucun danger.

Lors de travaux sur des antennes GSM ou GSM-R, il faut toujours suivre les procédures d'accès prescrites, ainsi que les instructions locales. Travailler à proximité immédiate d'antennes GSM ne vous expose pas à un rayonnement.

Pour certaines opérations, nous avons recours à une lumière laser. Ces faisceaux lumineux sont porteurs d'une très grosse quantité d'énergie et peuvent abîmer la vue. Portez des lunettes laser spéciales si c'est indiqué sur la fiche d'instruction de sécurité et ne fixez en aucun cas les rayons laser, quels qu'ils soient.

Les risques liés à une exposition au rayonnement électromagnétique sont variables.

Ils vont d'une augmentation de la température corporelle, ou un coup de chaleur et un choc thermique (pouvant entraîner la mort dans des cas extrêmes, mais pour cela, il faut par exemple rester un long moment devant une antenne), à des brûlures provoquées par une exposition prolongée au soleil.

Il est bon de savoir que, par exposition, on entend la combinaison d'une exposition dans la vie privée et d'une exposition au travail.

Le rayonnement ionisant est nocif dès qu'il y a exposition de courte durée et à faible dose. De tels rayonnements ne s'observent pas chez Infrabel.

Les symboles de danger indiquent où vous pourriez être exposé à ce risque. Votre dirigeant doit vous informer des mesures de précaution à prendre avant de pouvoir pénétrer dans une telle zone.

Si vous utilisez un dispositif médical actif (implantable), alimenté par des piles, il est possible que le fabricant de l'appareil vous impose certaines conditions concernant les champs électromagnétiques.

Il est important que vous en informiez le médecin du travail, qui examinera avec vous et votre médecin traitant, en concertation avec le chef d'équipe, s'il y a un impact sur votre travail.

8.7 LES AGENTS BIOLOGIQUES

Les agents biologiques sont des micro-organismes (par exemple des bactéries ou des moisissures invisibles à l'œil nu) présentant un risque potentiel pour la santé.

Le ramassage de seringues usagées ou le nettoyage des toilettes sont porteurs de risques. C'est pourquoi il est important de porter des gants et de manipuler des objets pointus avec précaution.

Les collaborateurs d'Infrabel susceptibles d'entrer en contact avec des agents biologiques sont vaccinés préventivement.

9.

LES LIEUX DE TRAVAIL

AMÉNAGEMENT ET ÉQUIPEMENTS DE BASE P.132
ORDRE ET PROPRETÉ P.133

Cette partie traite de l'aménagement et de la finition des lieux de travail. Ce domaine touche également à d'autres sphères du bien-être, comme les aspects psychosociaux et ergonomiques, ainsi qu'à la sécurité et à la santé.

Infrabel met à disposition des lieux de travail qui sont adaptés au travail à effectuer et respectueux du bien-être des travailleurs. En outre, l'employeur assure également l'entretien et le nettoyage des lieux de travail et des installations/équipements disponibles.

Infrabel compte sur ses collaborateurs pour qu'ils gèrent respectueusement les biens mis à leur disposition.

9.1 AMÉNAGEMENT ET ÉQUIPEMENTS DE BASE

Bureaux

Chaque travailleur sur écran dispose d'une table et d'un siège de bureau, ainsi que d'une armoire offrant l'espace requis. Prenez soin de ces équipements de travail et laissez-les bien propres et bien rangés après votre prestation. Surtout si d'autres collègues doivent les utiliser.

Équipements d'utilité sociale

L'employeur prévoit également un certain nombre d'équipements d'utilité sociale. Ces espaces sont conçus et entretenus de manière à garantir la sécurité et l'hygiène.

Les vestiaires (lavabos, douches et toilettes)

Les vestiaires, les douches et les toilettes sont totalement séparés du lieu de travail et doivent être prévus en nombre suffisant.

Les travailleurs qui accomplissent un travail salissant peuvent prendre des douches. Ces agents disposent de 2 armoires-vestiaires individuelles (l'une pour les vêtements de ville, l'autre pour les vêtements de travail).

Le réfectoire

Le réfectoire est équipé d'éviers et de lave-vaisselle. En outre, les travailleurs peuvent boire l'eau du robinet et conserver leur lunch au frais dans un frigo. Enlevez les produits dont la date de péremption est dépassée et veillez à ce que le frigo reste propre. En outre, n'utilisez le frigo que pour y conserver des denrées alimentaires. N'abandonnez pas non plus les restes d'un repas et faites la vaisselle.

Veillez également à ce que les appareils qui servent à réchauffer la nourriture restent bien propres et signalez immédiatement les défectuosités éventuelles à votre ligne hiérarchique.

Le local de Premiers Secours / local réservé aux collaboratrices enceintes et aux collaboratrices allaitantes

En divers endroits, Infrabel met des locaux de Premiers Secours à disposition. Ces locaux peuvent également être utilisés par les travailleuses enceintes et les travailleuses qui allaitent.

De tels locaux peuvent être fermés de l'intérieur et sont à l'abri des regards indiscrets.

Ils sont équipés d'un lavabo, d'une armoire avec matériel de Premiers Secours, d'un frigo avec compartiment de congélation destiné aux produits de soins à conserver au froid, ainsi que d'un lit de soins, d'une table et d'une chaise.

En fonction des risques, des produits ou des équipements spéciaux peuvent être mis à disposition, comme une douche d'urgence ou une douche oculaire.

9.2 ORDRE ET PROPRETÉ

L'ordre et la propreté sont importants pour pouvoir prévenir des accidents sur un poste de travail. En outre, nous contribuons ainsi à un environnement de travail durable et à une bonne gestion des déchets.

L'ordre et la propreté : ça ne veut pas dire la même chose pour tout le monde

Ce qu'une personne considère comme du désordre, peut être perçu par une autre comme un ordre dans lequel elle se sent « très à l'aise ». C'est une autre histoire lorsqu'un collègue est perturbé ou dérangé dans son travail par votre fourbi ou votre désordre. De plus, un manque d'ordre et de propreté conduit souvent les gens à trébucher ou à subir d'autres désagréments. Respectez vos collègues et contribuez à maintenir un environnement de travail bien ordonné.

L'ordre et la propreté : partout & tout le temps

L'ordre et la propreté ne sont pas seulement importants là où vous travaillez, mais également dans les espaces communs comme les toilettes, les vestiaires, les lavoirs et les coins repas.

De plus, un espace de travail ou un chantier bien rangé, ce n'est pas le résultat d'une action ponctuelle de nettoyage hebdomadaire. Ranger et avoir de l'ordre, c'est l'affaire de tous, jour après jour.

L'ordre, la propreté et les accidents du travail

Un poste de travail où la sécurité et la qualité sont une priorité essentielle se reconnaît généralement à l'ordre et à la propreté qui y règnent. Chaque année, des travailleurs se blessent en trébuchant ou en tombant sur des outils, des résidus de matériaux, des matériaux rangés n'importe comment, des déchets d'emballages, etc.

On impute souvent ces accidents à une distraction coupable de la victime alors qu'en fait, ils sont dus à la négligence d'autrui.

L'ordre, la propreté et le risque d'incendie

Le risque d'incendie est plus faible dans un lieu de travail bien rangé. En effet, beaucoup d'incendies trouvent leur origine dans toutes sortes de déchets, surtout avec des chiffons imbibés d'huile et de graisse, des déchets de fer gras, etc., et sont ainsi la cause de gros dégâts matériels et de décès.

L'ordre, la propreté et l'ambiance de travail

Le principe « une place pour chaque chose et chaque chose à sa place » améliore également l'ambiance au travail. Il est plus agréable pour tout le monde de se mettre au travail le matin dans un environnement bien ordonné, que lorsqu'il reste tout un fourbi des jours précédents.

LES 10 RÈGLES D'ORDRE ET DE PROPRETÉ

Le respect des règles ci-dessous permet de conserver un environnement de travail propre et en ordre.

- Je garde les chemins d'évacuation, les issues de secours, les équipements de lutte contre l'incendie, les voies d'accès, les passages, les sorties, les escaliers et les interrupteurs, accessibles et libres d'obstacles.
- Je veille à ce que les outils et les matériaux soient rangés correctement à l'emplacement prévu à la fin de la journée de travail et une fois la tâche accomplie.
- Je ne manie pas les outils avec négligence, afin d'éviter de les égarer ou de les endommager. C'est d'autant plus vrai pour l'outillage commun utilisé par plusieurs collègues. Des défectuosités auxquelles on ne s'attend pas peuvent être sources de surprises désagréables.
- Je débarrasse les résidus de matériaux.
- Je trie les déchets dans des récipients spécifiques, en faisant tout particulièrement attention aux déchets dangereux.
- Je nettoie les pertes d'huiles, de graisses ou d'autres produits dangereux de manière appropriée.
- Je veille à ne pas abandonner d'huile, de graisses ou de granulés sur le lieu de travail. Après utilisation, il faut balayer et ramasser les granulés d'absorption et les mettre avec les déchets dangereux.
- Je ne jette pas de matériaux depuis un lieu de travail situé en hauteur.
- Je garde les réfectoires, les vestiaires, les lavoirs et les toilettes propres.
- Je range mon espace de travail pour permettre au service de nettoyage de faire son travail de manière optimale.

10.

PRODUITS DANGEREUX ET ENVIRONNEMENT

UTILISATION DE PRODUITS DANGEREUX P.138

STOCKAGE DE PRODUITS DANGEREUX P.142

GESTION DES DÉCHETS
DE PRODUITS DANGEREUX P.144

TRANSPORT DE MARCHANDISES DANGEREUSES P.146

Les produits dangereux peuvent avoir un impact aussi bien sur l'être humain que sur l'environnement. Pour limiter les risques pour les collaborateurs, Infrabel évite autant que possible d'utiliser des produits dangereux. Vous devez utiliser un produit dangereux ? Veillez dans ce cas à tenir compte des dangers possibles et à respecter strictement les directives prescrites.

Infrabel s'engage dès lors à réduire l'empreinte de ses activités sur l'environnement, sur l'environnement de travail et sur le cadre de vie.

La politique environnementale d'Infrabel est orientée vers :

- une consommation sobre de l'énergie, de l'eau et d'autres ressources naturelles ;
- l'absence et la réduction d'émissions nocives dans l'air, l'eau et le sol ;
- le tri sélectif des déchets ;
- la gestion et le stockage en toute sécurité de produits dangereux ;
- la conformité aux obligations légales ;
- la gestion des situations d'urgence.

Chaque collaborateur est tenu de contribuer à un environnement de travail durable en se souciant de l'environnement dans ses activités quotidiennes et en limitant les nuisances au minimum.

10.1 UTILISATION DE PRODUITS DANGEREUX

Pour certains travaux, nous avons recours à des produits chimiques. Mais les produits chimiques ne présentent pas tous le même indice de dangerosité. De plus, il est bon de savoir que les produits dangereux ne sont pas tous remplaçables par des produits sans danger. Certains produits - comme le savon et les produits d'entretien – sont même indispensables à l'hygiène personnelle et générale. Malgré tout, l'utilisation de produits dangereux est à éviter dans la mesure du possible. En fonction du type de produit, des mesures spéciales doivent être prises et une plus grande vigilance est de mise. Les produits dangereux les plus répandus chez Infrabel sont les huiles et les graisses usagées, les carburants (l'essence), les dégraisseurs et les gaz inflammables. Les produits dangereux sont reconnaissables à la vue d'un ou de plusieurs pictogrammes parmi les suivants :

Grâce à ces pictogrammes, vous connaissez d'un coup d'œil les dangers les plus importants présentés par le produit chimique.

Dans la fiche SDS (safety data sheets) communiquée par le fournisseur, vous trouverez des informations plus détaillées sur le produit fourni, ainsi que les phrases H et P. Cela veut dire Hazard and Precaution et il y est question des dangers et des mesures de prévention.

Il est donc important d'**étiqueter correctement** chaque récipient (petit pot, petite bouteille, atomiseur ou jerrycan), de telle sorte que chacun sache à tout moment à quel produit il a affaire.

Comme toujours, la hiérarchie de prévention doit également être appliquée à l'utilisation de produits dangereux. Pour les produits qui sont en usage, il faut toujours mettre la fiche d'instruction de sécurité (VIFIS) à la disposition des travailleurs. Les travailleurs doivent utiliser les produits dangereux conformément aux instructions et porter les bons EPI.

Les produits dangereux sont toujours :

- stockés dans les locaux ou les armoires de sécurité prévus à cet effet.
- transportés dans les emballages prévus sur lesquels l'étiquette correcte est appliquée (voir également le chapitre Environnement).

Voici quelques conseils généraux pour l'utilisation de produits dangereux.

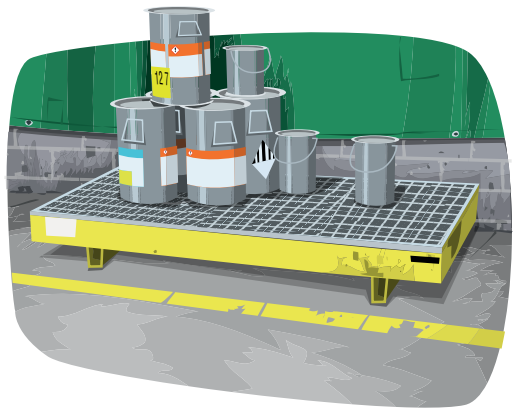
- Posez les produits dangereux sur une base stable.
- Faites en sorte que les produits dangereux soient transportés en toute sécurité : évitez que le récipient ne se renverse ou que l'emballage ne s'abîme au cours du transport.
- Rangez toujours les produits dans des emballages adéquats (récipients solides, résistants, stables).
- N'utilisez jamais des emballages pour « denrées alimentaires » : par exemple, conserver du white spirit dans une bouteille d'eau minérale).
- Ne laissez pas traîner des projets dangereux (par exemple abandonner par hasard des solvants à proximité d'un poste de soudure).
- Veillez à ce que des activités à température élevée ou à flamme nue ne se déroulent jamais à proximité de produits légèrement inflammables (voir permis de feu page 28).
- Les produits qui interagissent doivent être conservés séparément les uns des autres.
- Jetez les chiffons ou des papiers imbibés de liquides inflammables dans des poubelles (métalliques) pouvant être fermées.
- Ne posez pas à côté du poste de travail plus de produits que nécessaire pour une journée de travail.
- Prévoyez des stocks journaliers de produits au poste de travail dans des récipients étiquetés correctement.
- Enlevez du poste de travail les récipients qui sont vides et stockez les produits superflus dans des espaces de stockage sûrs.

- Ne mélangez jamais des produits chimiques de manière arbitraire et ne jetez jamais des matières dans un récipient contenant une autre matière (même l'eau peut réagir).
- Ne diluez pas d'acides en y ajoutant de l'eau : cela peut entraîner des réactions vives. Si une dilution est nécessaire, versez l'acide dans l'eau, pas l'inverse.

10.2 STOCKAGE DE PRODUITS DANGEREUX

Pour le stockage de ces produits, vous appliquez les règles ci-après :

- Sur mon lieu de travail, pour chaque produit, je ne dispose que d'une quantité utile donnée (consommation pour 1 jour). Je referme toujours l'emballage après utilisation.
- Je stocke l'huile et les autres liquides dangereux sur des bacs de rétention.



- Je range tous les produits inflammables dans une armoire de sécurité ou dans un local de stockage spécial pour produits inflammables. Je ne transvase pas de produits inflammables.

- Je m'assure que chaque récipient (fût, bidon ou bouteille) porte la bonne étiquette reprenant les symboles de danger.
- Je sais où mettre la main sur la fiche d'instruction de chaque produit stocké.
- Je mets le stock de bonbonnes de gaz dans la cage prévue et je ne range aucun matériel à proximité immédiate de la cage.

- Je solidarise les bonbonnes de gaz pour les empêcher de tomber (par ex. au moyen d'une chaîne ou d'un collier).
- Je veille à ce que le bouchon de sécurité soit toujours bien en place.
- Je m'assure que les produits inflammables (acétylène, propane, butane) soient bien séparés des produits comburants (oxydants) (oxygène).
- Les torches et les pétards sont stockés séparément dans un coffre en bois ou dans une boîte adaptée.

10.3 GESTION DES DÉCHETS DE PRODUITS DANGEREUX

Il est important de veiller à ce que les produits dangereux ne se retrouvent pas dans l'environnement via le sol, l'air ou l'eau (éventuellement via l'égouttage).

Nous distinguons deux types de déchets :

Déchets non dangereux	Déchets dangereux
Métal	Batteries
Déchets de bois / palettes	Lampes TL
Papier / carton	Récipients vides de produits dangereux
PMC	Résidus de produits dangereux
Verre	Chiffons souillés avec de l'huile
Déchets résiduels	Amiante
...	Traverses créosotées
	Appareils électroniques usagés
	...

Les déchets dangereux doivent être triés avec le plus grand soin, séparément et dans des conteneurs spécifiques. Ensuite, ceux-ci sont évacués par des sociétés spécialisées dans le traitement des déchets.

Le tri sélectif de liquides dangereux (huile, bidons de peinture, graisses...) doit s'opérer dans un bac collecteur ou dans un conteneur étanche.

Les chiffons imbibés d'huile doivent être jetés dans les conteneurs à déchets ignifuges prévus à cet effet.

10.4 TRANSPORT DE MARCHANDISES DANGEREUSES

Par route

Le transport de produits dangereux par route est régi par la réglementation ADR. **ADR** renvoie à The European **A**greement concerning the International Carriage of **D**angerous Goods by the **R**oad (Accord européen relatif au transport international des marchandises dangereuses par route).

Les transports de produits dangereux obéissent à des règles strictes (étiquetage, document de transport, ...) au-delà d'un certain seuil.

En dessous de ce seuil, il est toutefois possible de transporter les marchandises dangereuses sans devoir respecter l'ensemble de l'ADR. Il est en effet possible d'être, partiellement ou totalement, exempté de l'ADR en respectant toujours les règles expliquées ci-dessous :

- La quantité maximale de produits à transporter ne peut être dépassée. Cette quantité peut être déterminée en appliquant « la règle de 1000 points ».

  Les produits dangereux à acheminer représentent un certain nombre de points. Ces points peuvent être calculés en multipliant le contenu/la masse du produit par un facteur multiplicateur correspondant à la catégorie de transport du produit. Celle-ci est reproduite sur la fiche MSDS du produit. La somme totale de tous les produits ne peut dépasser les 1000 points et avec un maximum de 450 litres par emballage.

  Veillez également à comptabiliser dans les 1000 points la quantité de carburant contenue dans les réservoirs d'un équipement de travail.
- Il faut protéger les emballages en les empêchant de se renverser ou de glisser afin d'éviter des avaries ou des fuites.
- Les produits ne peuvent pas être transportés tous en même temps.
- Des restrictions sont d'application dans certains tunnels. Elles sont indiquées via le code du tunnel.

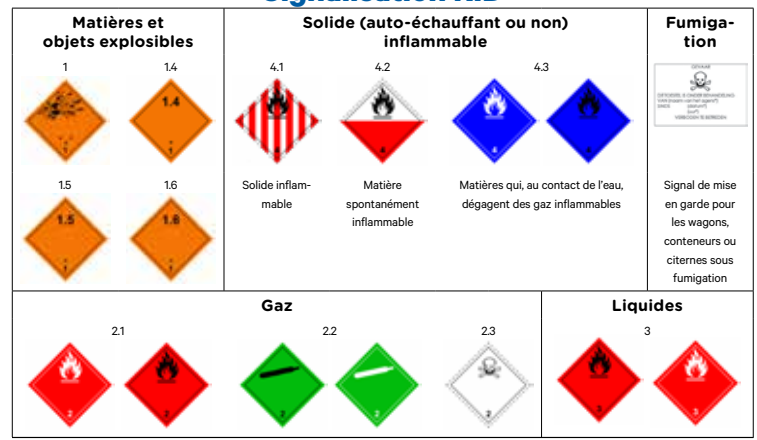
Pour le transport de produits dangereux entre un CLI et un chantier (par exemple pour des travaux de voie), on est totalement exempté de l'ADR. Dès lors, il ne faut pas rédiger un document de transport ADR.

Pour le transport de produits dangereux entre l'Atelier de Schaerbeek et un CLI ou entre un CLI et une antenne CLI, on est partiellement exempté de l'ADR. Un document de transport ADR doit dans ce cas être rédigé.

Par rail

Le transport de produits dangereux par rail est régi par la réglementation RID. **RID** renvoie aux **R**egulations concerning the **I**nternational Carriage of **D**angerous Goods by Rail (Règlement concernant le transport International ferroviaire des marchandises Dangereuses). Chaque wagon transportant des marchandises dangereuses doit être revêtu d'une signalisation de danger telle que déterminée par le RID. Cette signalisation consiste en des étiquettes de danger (pictogrammes) et des panneaux orange reprenant le code ONU et le code de danger. Les wagons-citernes à bande orange continue transportent des gaz liquides !

Signalisation RID



Gaz inflammables | Gaz non-inflammables, non toxiques | Gaz toxique | Liquides inflammables

Matières comburantes

5.1 — Matière comburante

5.2 — Peroxydes organiques

Matières toxiques ou infectieuses

6.1 — Matière toxique

6.2 — Matière infectieuse

Matières corrosives

8 — Matière corrosive

Matières radioactives

7A | 7B | 7C | 7D | 7E

Matières et objets dangereux

9 | 9A

Matières transportées à chaud

Étiquettes de manœuvre

A manœuvrer avec précaution

Triage par lancement ou par gravité interdit

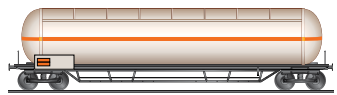
Doit être accompagné par un engin moteur

Matières dangereuses pour l'environnement

Wagons et conteneurs avec marchandises dangereuses pour la réfrigération ou le conditionnement

Signalisation orange

Signalisation supplémentaire des wagons-citernes destinés aux transports des gaz liquéfiés



Une bande orange entoure la citerne à mi-hauteur.

Panneau orange

22
3158

Code de danger

Numéro ONU de matières

L'application RID vous aide à déterminer la matière chimique acheminée, ainsi qu'à évaluer le risque.

En cas d'incident ou d'accident avec un wagon renfermant un produit chimique, ne prenez pas de risques inutiles. N'intervenez pas vous-même, laissez faire les spécialistes. Si vous remarquez quelque chose de bizarre ou une fuite sur un wagon, informez le Central Dispatch (02/528 81 50) de la forme et la taille de la fuite et/ou de la flamme de la manière la plus précise possible. Indiquez l'emplacement exact où vous vous trouvez et essayez d'éviter que des tiers ou des personnes non compétentes ne pénètrent dans la zone dangereuse. Si nécessaire, le Central Dispatch fera appel aux services de secours et à d'autres instances officielles.

Enfuyez-vous tout de suite en cas de fuite (grave) de gaz, de risque d'explosion ou d'émanations de fumée. Tenez compte de la direction du vent pour ne pas rester prisonnier du nuage de fumée ou de gaz. Il est préférable d'évacuer perpendiculairement à la direction du vent, jamais avec le vent dans le dos.

Evacuation du personnel

Éloignement perpendiculaire au vent
1) distance plus courte
2) diminution de la concentration

Approche des services de secours

Approche préférentielle vent dans le dos
(si impossible, perpendiculaire mais JAMAIS avec le vent de face)

11.

LEXIQUE

ABRÉVIATIONS P.152

ABRÉVIATIONS

ADR	The European Agreement concerning the International Carriage of Dangerous Goods by the Road
ARET	Agent Responsable de l'Exécution des Travaux
CD	CD Central Dispatch
CEO	Chief Executive Officer
CLI	Centre Logistique Infrastructure
CP	Conseiller en Prévention
CPAP	Conseiller en Prévention Aspects Psychosociaux
CPPT	Le Comité pour la Prévention et la Protection au Travail
DPI	Le Dirigeant de la Prévention Incendie
DS	La distance de Sécurité
EPC	Équipement de Protection Collective
EPI	Équipement de Protection Individuelle
Fiche SDS	Safety Data Sheets
GSM-R	GSM for Railways
LGV	Les Lignes à Grande Vitesse
LH	La ligne Hiérarchique
MMA	Masse Maximale Autorisée
OCT	Organe de Coordination du Trafic
PC	Personne de Confiance
PMC	Emballages en Plastique, emballages Métalliques et Cartons à boissons
PPT	La Prévention et la Protection au Travail
RES	Répartiteur Électricité-Signalisation
RGE	Règlement Général d'Exploitation
RGIE	Règlement Général sur les Installations Electriques
RID	Regulations concerning the International Carriage of Dangerous Goods by Rail
RIOC	Rail Infrastructure Operation Center
SEPPT	Le Service Externe pour la Prévention et la Protection au Travail
SMR	Signal Mobile Rouge
SOC	Security Operations Center
SIPPT	Le Service Interne pour la Prévention et la Protection au travail
SQE	Sécurité, Qualité et Environnement
VIFIS	La Fiche d'Instruction de Sécurité
ZD	La Zone Dangereuse

ÉDITEUR RESPONSABLE: **LUCIA VAN LAER (I-SCPA)**

COORDINATION: **ANNELEEN OSSELAER & PETER-PAUL POELMAN (SIPPT)**

ELISE DUBUISSON (I-SCPA.301)

DESIGN: **WWW.CONCERTO.BE**

ILLUSTRATIONS: **RENAUD COLLIN**

FÉVRIER 2025 - CINQUIÈME ÉDITION RÉVISÉE