



## Préserver sa santé, avant, pendant et après la grossesse

Agissons ensemble pour la Santé au travail

**Objectif :** évaluer les risques liés au poste de travail et prendre des mesures de prévention si besoin, avant, pendant et après la grossesse.

### ◆ Recommandations salarié

- **Prévenir** votre service de santé au travail de votre désir de grossesse : arrêt de la contraception ou parcours PMA

- **Inform**er le plus tôt possible le médecin du travail de votre grossesse

- Pour faire valoir au mieux vos droits, il est important de le **déclarer** à votre employeur (aucun délai de prévu par la réglementation)

- **S'informer** des risques avant l'utilisation de tous produits avec la lecture de la Fiche de Donnée de Sécurité (FDS) ou auprès de votre employeur

- **Respecter** les consignes de sécurité et le port des Equipements de Protection Individuelle (EPI)

- **Pas d'automédication ni de consommation d'alcool**

- **Faites-vous accompagner** pour arrêter votre consommation de tabac

- **Être attentive à votre hygiène de vie** : sommeil, alimentation, activité physique

### ◆ Recommandations employeur

- **Identifier** les postes et **recueillir** les FDS concernant les produits à risques pour une femme enceinte

- **Soustraire** la salariée à son poste si contre-indication

- **Aménager** le poste de travail si besoin

- **Soustraire** la salariée du bruit à partir du 5ème mois de grossesse

- **Prendre contact avec la médecine du travail** si questionnement sur les risques et les aménagements de poste

- **Organiser** la visite de reprise après maternité



Scannez moi pour + d'infos !



## ◇ Future maman, pendant votre grossesse : **protégez-vous !**

### RISQUES CHIMIQUES

Solvants, métaux, fumée de soudage, chimiothérapie, vapeurs, phytosanitaire, ...

Art. D4152-9 et 10 Du code du Travail



### RISQUES BIOLOGIQUES

Virus, bactéries, parasites. Une attention particulière sera portée sur votre immunisation contre la toxoplasmose.

Art. D4152-3 du Code du Travail

### RISQUES PHYSIQUES ET CONDITIONS DE TRAVAIL

outils à air comprimé, vibration, travail de nuit, milieu hyperbares, rayons ionisants, cosmétiques...

Art D4152-8 et Art L1225-9 du Code du Travail

## ◇ Quels sont vos droits ?

- Demander un aménagement de poste dans certaines conditions

Art. L1225-7, 1225-9 du Code du Travail

- Être autorisée à s'absenter pour les examens obligatoires. Votre conjoint dispose des mêmes droits.

Art. L1225-16 du Code du Travail

- À partir du 5ème mois de grossesse et si plus d'un an d'ancienneté, vous pourrez arriver 1/4h plus tard et partir 1/4h plus tôt, avec l'accord de votre employeur. Ce temps passera à 1/2h le matin et 1/2h le soir à partir de votre 6ème mois de grossesse.

- En cas d'allaitement, des temps de pause supplémentaires vous seront accordés sur votre lieu de travail pour tirer votre lait.

*Travail et grossesse ne sont pas incompatibles :  
avec la **prévention**, l'équilibre est possible*

**Le professionnel de santé au travail peut vous offrir des conseils et répondre à toutes vos interrogations**

## Vos interlocuteurs Aist89



**Aist89**

PRÉVENTION SANTÉ TRAVAIL

☎ 03 86 72 07 55

✉ contact@aist89.fr

🌐 www.aist89.fr

17 Bis Avenue de la Puisaye - 89000 **AUXERRE**

Tél. 03 86 72 07 55

1 Route de Lyon - 89200 **AVALLON**

Tél. 03 86 34 44 10

7 Place du 11 Novembre - 89300 **JOIGNY**

Tél. 03 86 62 05 33

2 Rue Saint-Martin - 89600 **SAINT-FLORENTIN**

Tél. 03 86 35 31 30

Rue de la Gare - 89700 **TONNERRE**

Tél. 03 86 54 40 04

*Scannez moi  
pour + d'infos !*



www.aist89.fr