

## 1 Qu'est-ce que le risque plain-pied ?

Par définition, un accident de plain-pied est déclenché par un **déséquilibre corporel de la victime lors d'une activité qui n'est pas exécutée en hauteur**.

Le risque d'accident de plain-pied regroupe les glissades, les trébuchements, les faux-pas (perte d'équilibre) sur une surface plane, la percussion par un véhicule en mouvement...

Les surfaces ne présentant aucune rupture de niveau ou bien des ruptures de niveaux réduites (trottoirs, marches) font partie de la catégorie plain-pied.

En cas de conditions météorologiques dégradées, ce risque est accentué par des surfaces rendues glissantes et humides et par une baisse de visibilité.

## 2 Quelles sont les conséquences potentielles faisant suite à un accident de plain-pied ?

Entorses, contusions, douleurs, fractures, plaies,...

La plupart des dommages concernent les membres inférieurs.

Néanmoins, les accidents de plain-pied peuvent générer des dommages aux membres supérieurs lors des chutes ou des trébuchements.

Mais aussi au dos ou aux cervicales (lors des heurts à la tête).

## 3 Quels sont les facteurs qui accentuent le risque d'accident de plain-pied ?

- ✓ L'environnement de travail : une mauvaise tenue de chantier, un environnement dégradé, un éclairage insuffisant, l'encombrement, un sol glissant, des câbles encombrant l'espace de travail...
- ✓ La routine : excès de confiance en soi sur des tâches régulières
- ✓ La précipitation
- ✓ L'inattention
- ✓ Les équipements : des chaussures inadaptées, le non-port du casque...
- ✓ La non-remontée de situations dangereuses qui ne permet pas de traitement réactif

## 4 Quels sont les gestes à adopter pour limiter le risque plain-pied ?

**Au quotidien :**

- ✓ Je suis vigilant dans mes déplacements, je ne cours pas
- ✓ Je ne regarde pas mon téléphone en marchant,
- ✓ Je maintiens les voies de circulation dégagées
- ✓ Je tiens la rampe en montant et en descendant les escaliers,
- ✓ Je respecte les balisages qui m'éloignent d'un danger,

**En complément, sur mon chantier :**

- ✓ Je tiens rangée et éclairée ma zone de travail
- ✓ Je prépare mon activité et j'analyse le risque de plain-pied dans mon ADR
- ✓ Je porte les EPI adaptés à mon activité

## 5 Pourquoi est-ce important de remonter et de traiter les Situations Dangereuses et les presque-accidents ?

Il s'agit de signaux faibles qui peuvent mettre en évidence un problème récurrent ou des pratiques de travail inadaptées voir dangereuses.

Cela permet de rectifier la façon de faire ou la configuration des lieux avant qu'un événement ne survienne et ne provoque un accident.