

GUIDE D'ACCUEIL

Lanak

Empresa Trabajo Temporal

L más K Grupo

BIENVENUE CHEZ LANAK

CHEZ LANAK, NOUS VOUS RÉSERVONS UN ACCUEIL DES PLUS CHALEUREUX ET NOUS SOMMES RAVIS DE POUVOIR COMPTER SUR VOUS.

Nous te présentons ce guide, qui a pour but de t'informer sur notre façon de travailler et qui, nous l'espérons, répondra à tes questions.

À PROPOS DE NOUS

Nous souhaitons que vous appreniez à mieux nous connaître. Présents sur le marché du travail depuis 2003, nous restons fidèles aux valeurs que nous avons définies dès nos débuts.

Chez LANAK, nous sommes conscients de notre responsabilité envers le marché du travail. Nous pensons que notre mission consiste à aller au-delà du simple CV et à contribuer à améliorer la vie des personnes. Notre succès repose sur un service à votre écoute. Suivez-nous sur nos réseaux sociaux :



www.instagram.com/grupo_lanak

N'oubliez pas que votre relation de travail est établie avec LANAK

À partir de ce moment, Lanak est responsable de :

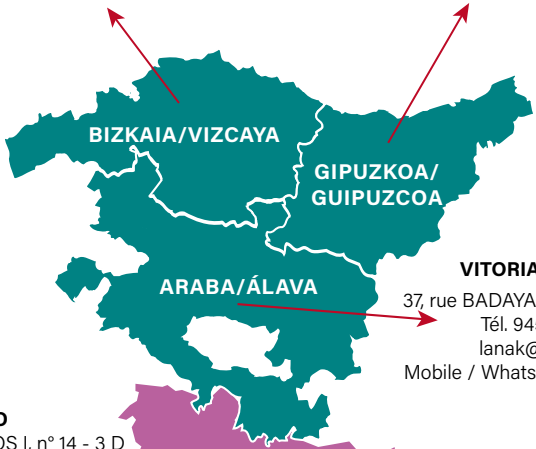
- La formalisation de votre contrat de travail
- De votre inscription à la Sécurité sociale
- Verser votre salaire
- Répondre à tes besoins en matière de formation
- Répondre à toute question pouvant survenir pendant la durée du contrat

LEIOA-BIZKAIA

C/ ESTARTETXE, 5 - 1er étage,
bureau 126 - Tél. 944 070 380
lanakbi@lanak.es
Mobile / WhatsApp : 685 53 11 82

SAN SEBASTIÁN-DONOSTIA

CAMINO PORTUETXE, 47 - 2e étage
bureau 25 - Tél. 943 042 069
administracionss@lanak.es
Mobile / WhatsApp 692 46 27 89



VITORIA-GASTEIZ

37, rue BADAYA, rez-de-chaussée
Tél. 945.154.999
lanak@lanak.es
Mobile / WhatsApp 635 75 36 80

LOGROÑO

GRAN VIA JUAN CARLOS I, nº 14 - 3 D
Tél. 941.041.091
lanaklo@lanak.es
Mobile / WhatsApp 695 59 68 51





MADRID

Negocenter Nuevos Ministerios
AGUSTÍN DE BETANCOURT, 21 - BUREAU 406
lanakma@lanak.es
Mobile / WhatsApp 615 436 723

RAPPORTS D'HEURES

Ces relevés doivent nous être remis à la fin de la semaine s'il s'agit de relevés hebdomadaires, à la fin du mois s'il s'agit de relevés mensuels, ou à la fin de la mission afin que nous puissions vous payer dans les délais.

La feuille BLANCHE sera conservée par votre superviseur sur le lieu de travail.

La feuille BLEUE doit être remise à LANAK.

La feuille ROSE vous est destinée et sert de justificatif.

Si vous ne disposez pas de relevés d'heures, vous pouvez les télécharger depuis notre site web

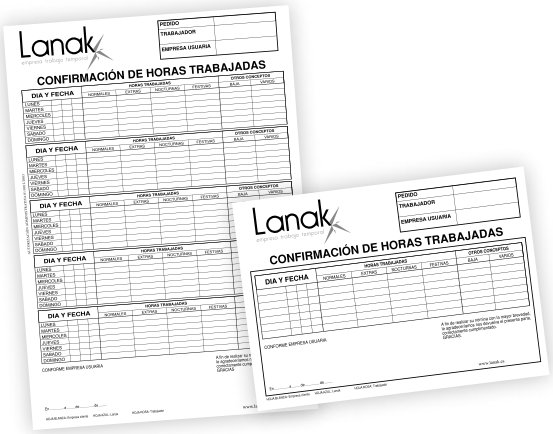
www.lanak.es

Une fois signés et tamponnés par l'entreprise cliente auprès de laquelle vous fournissez vos services, vous devrez nous les remettre dans les plus brefs délais.

Vous pouvez les envoyer par WhatsApp ou par e-mail

Vitoria-Gasteiz	WhatsApp 635 753 680	administracion@lanak.es
Saint-Sébastien-Donostia	WhatsApp 692 462 789	administracionss@lanak.es
Leioa	WhatsApp 685 531 182	lanakbi@lanak.es
Logroño	WhatsApp 695 596 851	lanaklo@lanak.es
Madrid	WhatsApp 615 436 723	lanakma@lanak.es

Ou remettez-les en main propre à nos bureaux, mais n'oubliez pas : choisissez la méthode la plus rapide et la plus pratique pour vous.



VERSEMENT DU SALAIRE

Le versement de votre salaire s'effectuera entre le 5 et le 10 de chaque mois par virement bancaire sur le compte que vous nous aurez indiqué.

En fonction de chaque établissement bancaire et des jours fériés de chaque mois, les délais de versement peuvent varier.

Dans le cas des contrats de courte durée, le versement des salaires aura lieu le mercredi suivant la fin du contrat.

Les paies établies après le 25 seront versées entre le 5 et le 10 du mois suivant.

N'oublie pas que nous devons disposer dès que possible de la feuille de présence dûment remplie, c'est-à-dire indiquant les heures travaillées, signée par toi et signée et tamponnée par l'entreprise utilisatrice auprès de laquelle tu as fourni tes services.

Nous t'enverrons ta fiche de paie à l'adresse e-mail que tu nous as communiquée.

AVANCES

Vous pouvez demander des avances sur les travaux effectués, à condition d'avoir fourni des services pendant au moins 5 jours ouvrables. Vous devrez nous fournir la feuille de présence indiquant les heures effectuées jusqu'à la date de la demande d'avance.

Le versement s'effectuera par virement sur le compte que vous nous indiquerez ou par chèque, et les paiements auront lieu le mercredi.

La date limite pour demander les avances est le 25 de chaque mois.

Impôt sur le revenu (IRPF)

Nous appliquerons la retenue à la source de l'IRPF sur votre fiche de paie en fonction du montant de votre salaire. Dans un premier temps, nous appliquerons une retenue d'au moins 2 % au titre de l'IRPF, mais vous pourrez modifier ce montant en fonction de la durée de votre contrat, des revenus perçus et de votre situation familiale.

De même, l'IRPF à appliquer, une fois demandé, sera mis à jour et, le cas échéant, augmenté en fonction des rémunérations brutes perçues au cours de l'exercice en cours.

Lors de la signature de votre premier contrat chaque année, nous vous remettrons le document « IRPF ».

- Retenues sur les revenus du travail - Communication des données à l'employeur - afin que vous nous communiquiez votre situation familiale et que nous puissions ainsi appliquer le taux d'IRPF approprié.

Vous pourrez nous demander une révision à la hausse de l'IRPF, si vous le jugez opportun. Cette demande doit toujours être formulée par écrit.

ABSENCES AU POSTE DE TRAVAIL

Si, pour quelque raison que ce soit, vous ne pouvez pas vous rendre sur votre lieu de travail :

1. Vous devez en informer **LANAK** en précisant la raison pour laquelle vous ne pouvez pas vous rendre au travail.
2. Vous devrez également prévenir l'entreprise pour laquelle vous travaillez, en indiquant la raison pour laquelle vous ne pouvez pas vous rendre au travail.

MALADIE COURANTE

Si vous êtes en arrêt de travail pour cause de maladie courante, vous devez nous contacter pour nous en informer dans les plus brefs délais.

ACCIDENT DU TRAVAIL

Si, malgré tous les efforts que vous avez déployés pour l'éviter et le respect des règles de prévention des risques professionnels, un accident survient :

Vous devrez vous rendre **LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE** dans les centres de soins que nous vous indiquons dans ce manuel.

Le plus important est que vous soyez pris en charge et soigné.

Nous prendrons contact avec eux pour remplir tous les documents nécessaires.

Dans les deux cas, vous devrez indiquer que l'entreprise pour laquelle vous travaillez est :

LANAK

PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS

Pour **LANAK**, la prévention des risques professionnels est une priorité absolue pour protéger l'intégrité et la santé des travailleurs.

C'est dans cet esprit que nous avons élaboré ce manuel de sécurité, qui a pour but de vous informer et de vous conseiller sur les risques potentiels liés à votre poste de travail.

C'est pourquoi vous devez respecter et appliquer les consignes de prévention des risques professionnels qui vous ont été remises, ainsi que celles que vous fournira l'entreprise au sein de laquelle vous allez exercer votre activité.

Ce manuel se veut applicable non seulement au poste que vous allez occuper cette fois-ci au sein de LANAK, mais aussi à tout autre poste que vous pourriez occuper au cours de votre vie professionnelle.

Nous espérons que ces informations vous seront utiles.

ET N'OUBLIEZ PAS QUE VOUS NE POUVEZ PAS TRAVAILLER SI votre lieu de travail présente l'une des conditions suivantes

a) Les travaux impliquant une exposition aux rayonnements ionisants.



b) Les emplois impliquant une exposition à des agents cancérigènes, mutagènes ou toxiques pour la reproduction, de première et deuxième catégories.



c) Les travaux impliquant une exposition à des agents biologiques.



Dans ces cas, signalez-le à votre responsable et à LANAK.

DÉCLARATION D'ENGAGEMENT POUR LA PRÉVENTION ET LA GESTION DES CAS DE HARCÈLEMENT AU TRAVAIL, DE HARCÈLEMENT SEXUEL, HARCÈLEMENT FONDÉ SUR LE SEXE ET D'AUTRES FORMES DE DISCRIMINATION ILLÉGALE AU TRAVAIL

LANAK CONSULTORES EMPRESA DE TRAVAIL TEMPORAIRE, S.L.

Rend public son engagement à promouvoir et à maintenir un environnement de travail sûr et respectueux de la dignité, de la liberté individuelle et des droits fondamentaux de toutes les personnes qui composent notre organisation.

Conformément à cet engagement, elle déclare que les comportements de harcèlement, de harcèlement sexuel et de harcèlement fondé sur le sexe constituent une atteinte grave à la dignité des personnes et à leurs droits fondamentaux.

Par conséquent, elle s'engage à :

- Ne pas autoriser ni tolérer, en aucun cas, des comportements, des attitudes ou des situations de harcèlement au travail, de harcèlement sexuel et de harcèlement fondé sur le sexe.
- Ne pas ignorer les plaintes, réclamations et signalements relatifs à des cas de harcèlement sexuel et de harcèlement fondé sur le sexe pouvant survenir au sein de l'organisation.
- Recevoir et traiter de manière rigoureuse et rapide, ainsi qu'avec les garanties nécessaires en matière de sécurité juridique, de confidentialité, d'impartialité et de droit de défense des personnes concernées, toutes les plaintes, réclamations et dénonciations qui pourraient être formulées.
- Garantir qu'aucune forme de représailles ne sera exercée ni à l'encontre des personnes qui formulent des plaintes, réclamations ou dénonciations, ni à l'encontre de celles qui participent à leur procédure de résolution.
- Sanctionner les personnes qui se livrent à du harcèlement en fonction des circonstances et des conditions de leur comportement ou de leur attitude.

Afin de garantir la mise en œuvre effective de cet engagement, LANAK exige de chacune des personnes composant son organisation qu'elles assument les responsabilités suivantes :

- Traiter toutes les personnes avec lesquelles elles entretiennent des relations professionnelles (fournisseurs, clients, collaborateurs externes, etc.) dans le respect de leur dignité et de leurs droits fondamentaux.
- Éviter les comportements, attitudes ou actions qui sont ou pourraient être offensants, humiliants, dégradants, gênants, intimidants ou hostiles.
- Réagir de manière appropriée face à ces comportements, attitudes ou actions : ne pas les ignorer, ne pas les tolérer, manifester son désaccord, empêcher qu'ils ne se reproduisent ou ne s'aggravent, les signaler aux personnes désignées à cet effet, ainsi qu'apporter un soutien aux personnes qui en sont victimes.

De son côté, **LANAK** s'engage à mettre en place les mesures suivantes pour la prévention et la lutte contre le harcèlement sexuel et/ou le harcèlement fondé sur le sexe :

- Élaboration d'un protocole de prévention et d'intervention face au harcèlement sexuel et au harcèlement fondé sur le sexe.
- Diffusion et distribution auprès de l'ensemble des salariés du protocole de prévention et d'intervention face au harcèlement sexuel et au harcèlement fondé sur le sexe.
- Organisation de formations en matière de prévention du harcèlement sexuel et du harcèlement fondé sur le sexe à l'intention des cadres dirigeants, des cadres intermédiaires et des personnes désignées pour la réception, le traitement et le règlement des plaintes, réclamations et signalements.
- Mise en place de campagnes de formation, d'information et de sensibilisation en matière de prévention du harcèlement sexuel et du harcèlement fondé sur le sexe à l'intention de l'ensemble du personnel de l'organisme, ainsi que des nouveaux arrivants.
- Conception et distribution de brochures d'information sur la prévention du harcèlement sexuel et du harcèlement fondé sur le sexe, présentant les voies de résolution de ces situations, tant au sein de l'organisme qu'à l'extérieur de celui-ci.
- Désignation d'une personne ou d'une équipe de personnes ayant suivi une formation spécifique sur l'égalité entre les femmes et les hommes, la

prévention du harcèlement sexuel et du harcèlement fondé sur le sexe, ainsi que sur les compétences relationnelles nécessaires à la réception, au traitement et au règlement des plaintes, réclamations et signalements dans ce domaine.

- Mise en place d'un service de conseil, de soutien et d'assistance aux personnes susceptibles d'être victimes de ces comportements, composé de
- de personnes disposant de la formation et des compétences nécessaires à l'exercice de cette mission.
- Intégration des mesures de prévention du harcèlement sexuel et du harcèlement fondé sur le sexe dans le plan d'égalité de l'organisme.
- Réalisation d'études d'évaluation des risques psychosociaux.
- Évaluation et suivi, à intervalles réguliers, de l'élaboration, du fonctionnement et de l'efficacité du protocole de prévention et d'intervention face au harcèlement sexuel et au harcèlement fondé sur le sexe.

En vertu de ce qui précède, tout salarié en activité de l'entreprise **LANAK** se voit garantir l'accès au document complet et en vigueur intitulé « PROTOCOLE DE PRÉVENTION ET D'INTERVENTION EN CAS DE HARCÈLEMENT AU TRAVAIL, DE HARCÈLEMENT SEXUEL, DE HARCÈLEMENT LIÉ AU SEXE ET D'AUTRES FORMES DE DISCRIMINATION ILLÉGALE AU TRAVAIL, et peut en demander une copie.

À VITORIA-GASTEIZ, le 14 janvier 2026.



PROTOCOLE DE DÉCONNEXION NUMÉRIQUE

Les évolutions technologiques ont modifié la manière même d'organiser le travail et d'assurer la prestation de services. Cela a sans aucun doute entraîné l'apparition de nouveaux facteurs de risque, notamment de nature psychosociale : le « technostress » résultant d'un excès de contrôle et d'un manque de déconnexion dans l'environnement professionnel.

La réglementation actuelle protège le droit à la déconnexion numérique et impose l'obligation d'élaborer une politique interne définissant les modalités d'exercice de ce droit ainsi que les actions de formation et de sensibilisation.

Chez Lanak, nous avons élaboré un protocole de mesures relatives à l'exercice du droit à la déconnexion qui implique expressément la mise hors tension des appareils numériques, ainsi que l'absence d'obligation, en aucun cas, de répondre aux e-mails, messages et appels professionnels en dehors des horaires de travail, ni pendant les congés de toute nature, les jours de repos et/ou les vacances de l'employé.

En vertu de ce qui précède, tout salarié en activité de l'entreprise LANAK a la garantie d'accéder au document complet et en vigueur du PROTOCOLE DE DÉCONNEXION NUMÉRIQUE et peut en demander une copie.

À VITORIA-GASTEIZ, le 14 janvier 2026.



CODE DE CONDUITE DE LANAK

1. Principes généraux

- L'entreprise attend de ses salariés qu'ils respectent les règles et les lois à tout moment, sans exception, et qu'ils accomplissent leur travail avec intégrité et éthique.
- L'entreprise attend également de ses salariés qu'ils signalent toute situation ou tout comportement contraire à la loi ou aux règles afin de pouvoir y remédier.
- Les salariés doivent s'efforcer de défendre la réputation de l'entreprise et de faire preuve du plus grand respect face à toute tentative de la part de tiers visant à nuire à l'image de Lanak.
- Les comportements contraires au code de conduite sont passibles de sanctions conformément à la loi et donneront lieu à des mesures disciplinaires.
-

2. Poser des questions, informer et respecter le principe de non-représailles

- Si vous avez des doutes ou des inquiétudes concernant ce que vous faites ou ce que vous vous apprêtez à faire, vous devez poser des questions.
- Si vous avez connaissance ou des soupçons fondés qu'un acte illégal est commis ou qu'une action va à l'encontre du Code de conduite, vous avez le devoir de le signaler.
- L'entreprise garantit l'anonymat des employés qui signalent de bonne foi et interdit toute forme de représailles.
-

3. Respect et non-discrimination

- Chaque salarié doit s'efforcer de créer un environnement de travail où chacun est traité avec dignité, respect, honnêteté et bienveillance.
- Il est interdit d'infliger à un autre salarié tout traitement dégradant ou portant atteinte à son intégrité morale.
- Toute forme d'abus au sein de l'entreprise est interdite.
- Toute discrimination fondée sur la couleur de peau, la race, la religion, le genre, l'orientation sexuelle, la nationalité, l'ascendance, l'âge, le handicap, la grossesse ou tout autre facteur est interdite.

- La diffusion de données à caractère personnel sans autorisation et leur utilisation à des fins autres que celles pour lesquelles la personne concernée a donné son consentement sont interdites.

4. Sécurité au travail et environnement

- La sécurité, la santé et le respect de l'environnement constituent une priorité pour l'entreprise et ses salariés.
- Tous les salariés doivent connaître l'ensemble des règles de sécurité et de santé applicables à leur travail et les respecter en priorité.
- L'utilisation, sans exception, des équipements de protection individuelle mis à disposition par l'entreprise pour l'exercice de leur travail est obligatoire.
- Il est interdit de consommer des boissons alcoolisées ou des drogues sur le lieu de travail, ainsi que de travailler sous leur emprise.
- Aucune forme de violence n'est tolérée sur les lieux de travail. La possession de toute sorte d'arme y est interdite.

5. Utilisation des actifs, des ressources et des idées de l'entreprise

- Les salariés ont le devoir de protéger les biens, les actifs, les idées, la propriété intellectuelle et les informations de l'entreprise, et d'en préserver la confidentialité, même après la fin de la relation de travail.
- Sont considérées comme des informations confidentielles, entre autres, les découvertes, concepts, idées, connaissances, techniques, conceptions, dessins, ébauches, schémas, modèles, échantillons, organigrammes, bases de données de toute nature, photographies des installations, ainsi que toute information à caractère technique, financier ou commercial.
- Les salariés respecteront strictement les lois relatives à la propriété intellectuelle et n'utiliseront pas d'informations privilégiées à leur propre profit ou à celui de tiers.
- Les systèmes électroniques et de communication de l'entreprise ont été mis à la disposition des salariés afin qu'ils puissent accomplir efficacement leur travail. Leur utilisation à des fins personnelles est interdite sans autorisation expresse. Leur utilisation doit toujours se faire dans le respect des lois et des règles en vigueur, ainsi que des principes du présent code.

6. Conflits d'intérêts

- Les employés et leurs proches ne doivent pas se trouver en situation de conflit d'intérêts avec l'entreprise.
- Toute activité externe rémunérée doit être signalée à l'entreprise.
- Il est interdit d'utiliser à son propre profit les opportunités découvertes dans le cadre de l'exercice de ses fonctions au sein de l'entreprise.
- Il est interdit de solliciter des cadeaux ou des avantages auprès de tiers ; leur acceptation ne doit être autorisée que s'il s'agit d'objets légaux, simples, de faible valeur et qui ne génèrent pas ou ne sont pas susceptibles de générer des conflits d'intérêts.
- Les cadeaux ne sont autorisés que s'ils ont un but professionnel et ne visent pas à influencer le jugement de la personne qui les reçoit.
- Une autorisation doit être demandée pour offrir ou recevoir des cadeaux d'une valeur supérieure à 100 €.
- Les repas ou événements organisés avec des fournisseurs ou des clients doivent toujours avoir un objectif professionnel et ne doivent pas être répétitifs.
- Il est interdit de mener des activités politiques au sein de l'entreprise ou d'utiliser le matériel de celle-ci à cette fin.

INFORMATIONS RELATIVES À LA PROTECTION DES DONNÉES

Obligations des employés

1. Obligation de confidentialité concernant toute information relative aux données à caractère personnel et/ou aux secrets d'entreprise. Le non-respect de cette obligation est sanctionné par l'article 197 du Code pénal.
2. Respecter les directives établies en matière de protection des données tant par Lanak que par l'entreprise utilisatrice au sein de laquelle vous exercez votre activité.
3. Les données à caractère personnel auxquelles ils ont accès ne peuvent être utilisées à des fins privées ou sans rapport avec leur fonction au sein de l'entreprise. Il est expressément interdit de réaliser des copies, de quelque nature que ce soit, des fichiers à des fins personnelles.
4 La communication de données à caractère personnel à des tiers non autorisés, externes ou internes à l'entité, est strictement interdite, sauf dans les cas prévus par la loi et lorsque cela est nécessaire à l'exercice de l'activité professionnelle.
5. Toute personne utilisant des imprimantes, des photocopieurs, des scanners et des télécopieurs doit veiller à ce qu'aucun document contenant des données à caractère personnel ne reste dans le bac de sortie. Tout document présent dans les bacs de sortie qui ne vous appartient pas est confidentiel et destiné uniquement à la personne à qui il a été envoyé ou à celle qui a utilisé les appareils.
6. Les utilisateurs sont responsables de leur poste de travail et doivent veiller, dans la mesure du possible, à ce qu'aucune autre personne non autorisée ne puisse consulter les informations relatives aux données à caractère personnel figurant sur leurs équipements informatiques ou dans leurs documents papier.
7. Tout incident affectant la sécurité des données doit être signalé à votre responsable. Le fait d'en avoir connaissance et de ne pas le signaler peut être considéré comme une faute de la part de l'utilisateur en matière de sécurité des données à caractère personnel.

8. Toute question relative à la confidentialité et à la sécurité du traitement des données à caractère personnel doit être portée à la connaissance de vos responsables.
9. Le document de sécurité relatif à la protection des données de Lanak est mis à la disposition du salarié, qui peut le consulter quand il le juge opportun.

Clause d'information relative à la protection des données

Responsable	LANAK CONSULTORES E.T.T.
Finalité	Exécution du contrat de travail.
Fondement juridique	Intérêt légitime du responsable du traitement. Gestion du contrat de travail.
Destinataires	Les données seront transmises à l'entreprise d'accueil où le salarié doit exercer son activité et lorsqu'il existe une obligation légale
Droits	Accéder aux données, les rectifier et les supprimer, ainsi qu'exercer d'autres droits, comme expliqué dans les informations complémentaires.
Informations	Vous pouvez consulter les informations complémentaires et détaillées sur la protection des données à notre siège social.

ÁLAVA / ARABA

EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL

CENTRE D'ASSISTANCE MC MUTUAL VITORIA	
Adresse :	Pintor Ignacio Díaz de Olano, 7
Tél. :	945 15 08 50
Horaires :	Du lundi au jeudi de 8 h à 17 h 30. Le vendredi de 8 h à 14 h 30. En juillet et août, du lundi au vendredi de 8 h à 14 h 30

ÉTABLISSEMENTS DE SOINS ET HÔPITAUX OUVERTS 24 HEURES SUR 24	
OSAKIDETZA HÔPITAL TXAGORRITXU Tél. : 945 00 70 00	José Achotegui s/n Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an
HÔPITAL OSAKIDETZA SANTIAGO APOSTOL Tél..: 945 00 76 00	Olaguibel, 27 Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

TRANSPORTS EN TAXI OU EN AMBULANCE

Si la personne blessée se rend à la mutuelle avec son véhicule personnel ou celui d'un collègue, le déplacement pourra lui être remboursé à raison de 0,19 € par km.

S'il ne dispose pas de véhicule ou s'il est dans l'incapacité de conduire, il pourra demander un taxi, qu'il devra payer lui-même ; la mutuelle lui remboursera ensuite les frais sur présentation du ticket.

Dans le cas où le salarié ne serait pas en mesure de régler le montant du service, c'est-à-dire le trajet aller-retour entre l'entreprise utilisatrice et MC, Lanak prendra initialement en charge ce coût.

Ce montant sera déduit de sa paie, le salarié devant en faire la demande auprès de MC. Si l'accident nécessite l'intervention d'une ambulance, il devra en faire la demande par téléphone au 900 300 144.

L'utilisation de ces services est réservée aux déplacements d'urgence, motivés exclusivement par des accidents du travail. Dans le cas contraire, MC Mutual ne prendra pas en charge le coût du déplacement.

INFORMATIONS TÉLÉPHONIQUES 24 HEURES SUR 24 concernant les centres de soins, les hôpitaux et le transport sanitaire.

En appelant le 900 300 144, vous pourrez connaître l'emplacement de nos centres, demander l'envoi d'une ambulance et recevoir les consignes à suivre en cas d'accident du travail. De plus, ce numéro de téléphone permet d'orienter et d'aider le salarié, quelle que soit la situation découlant d'un accident du travail.

* NUMÉRO DE TÉLÉPHONE DISPONIBLE 24 HEURES SUR 24 DE RADIO TAXI GASTEIZ - 945 - 27 35 00

ÁLAVA / ARABA

VILLE DE VITORIA-GASTEIZ

CENTRE D'ASSISTANCE - Vitoria-Gasteiz
Rue PINTOR IGNACIO DIAZ DE OLANO, n° 7-9
01008 Vitoria-Gasteiz

Téléphone : 945 150 850
Fax : 945 146 614
Distance : 7,38 km
E-mail : vitoria@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de premier recours, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 18 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h
Horaires des soins : de 8 h à 17 h 30 du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 14 h 30

SOINS

Asepeyo. Vitoria-gasteiz - Vitoria-Gasteiz
36, rue Paraguay
01012 Vitoria-Gasteiz

Téléphone : 945 274 655
Fax : 945 280 454
Distance : 5,76 km

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h.

SOINS

Fraternidad-muprespa. Direction provinciale d'Álava / Araba - Vitoria-Gasteiz
Avenue SANCHO EL SABIO n° 5-7, rez-de-chaussée
01008 Vitoria-Gasteiz

Téléphone : 945 131 966
Fax : 945 142 618
Distance : 7,12 km

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 7 h 30 à 15 h

SOINS

ÁLAVA / ARABA

MUTUALIA - CENTRE HOSPITALIER, DE SOINS ET ADMINISTRATIF - Vitoria-Gasteiz
Rue BEATO TOMAS ZUMARRAGA n° 10 bis
01008 Vitoria-Gasteiz

CENTRO CON CONVENIO

Téléphone : 945 008 888
Fax : 945 008 889
Distance : 6,94 km

Services : Hospitalisation, Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Urgences 24h/24
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.
Horaires d'ouverture du service d'assistance : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.

Remarques : le 04/08/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30. Du 25 mars au 5 avril, de 8 h 00 à 15 h 30

HOSPITALIER
ASSISTANCE
ADMINISTRATIF

Hôpital universitaire d'Álava - Txagorritxu - Vitoria-Gasteiz
3, rue Jose Achotegui,
01009 Vitoria-Gasteiz

CENTRO CONCERTADO

Téléphone : 945 007 000
Distance : 6,08 km

Services : Urgences 24h/24
Horaires d'ouverture : Urgences 24h/24

Remarques : Service de santé basque, 24h/24 avec hospitalisation

SOINS

Clinique ophtalmologique Marcos Beltrán, S.L. - Vitoria-Gasteiz
18 rue Beato Tomás de Zumarraga, escalier BAJO,
01008 Vitoria-Gasteiz

CENTRO CONCERTADO

Distance : 6,87 km

Services : Ophtalmologie
Horaires d'ouverture : sur rendez-vous

SOINS

Hôpital Quirón - La Esperanza - Vitoria - Gasteiz
Rue La Esperanza n° 3
01002 ; Vitoria-Gasteiz

CENTRO CONCERTADO

Téléphone : 945 252 500
Distance : 7,13 km

Services : Rééducation / Kinésithérapie. Consultations externes. Urgences 24h/24
Horaires d'ouverture : Urgences 24h/24. Pas d'hospitalisation. Il est indispensable de se présenter muni d'une ordonnance.

HOSPITALIER

MIRANDA DE EBRO

EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL

CENTRE DE SOINS MC MUTUAL VITORIA

Adresse : Pintor Ignacio Díaz de Olano, 7

Tél. : 945 15 08 50

Horaires : Du lundi au jeudi de 8 h à 17 h 30. Le vendredi de 8 h à 14 h 30.
En juillet et août, du lundi au vendredi de 8 h à 15 h.
La veille de Noël et le jour des Rois, de 8 h à 14 h 30.

ÉTABLISSEMENTS DE SOINS ET HÔPITAUX À VITORIA

HÔPITAL OSAKIDETZA DE TXAGORRITXU José Achotegui s/n

Tél. 945 00 70 00 Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

ÉTABLISSEMENTS DE SOINS ET HÔPITAUX À MIRANDA DE EBRO

HÔPITAL SANTIAGO APOSTOL Route d'Orón, s/n, 34004 Miranda, Burgos

Tfno: 947 34 90 00 Horaires : 24 heures sur 24

DÉPLACEMENTS

Si la personne blessée se rend à la mutuelle avec son véhicule personnel ou celui d'un collègue, ses frais de déplacement pourront lui être remboursés à raison de 0,19 € par km.

S'il ne dispose pas de véhicule ou s'il est dans l'incapacité de conduire, il pourra demander un taxi, qu'il devra payer lui-même ; la mutuelle lui remboursera ensuite les frais sur présentation du ticket.

Si le salarié n'est pas en mesure de régler le montant du service, c'est-à-dire le trajet aller-retour entre l'entreprise utilisatrice et MC, Lanak prendra initialement en charge ce coût.

Ce montant sera déduit de sa paie, le salarié devant en faire la demande auprès de MC. Si l'accident nécessite l'intervention d'une ambulance, il devra en faire la demande par téléphone au 900 300 144.

L'utilisation de ces services est réservée aux déplacements d'urgence, motivés exclusivement par des accidents du travail. Dans le cas contraire, MC Mutual ne prendra pas en charge le coût du déplacement.

INFORMATIONS TÉLÉPHONIQUES 24 HEURES SUR 24 concernant les centres d'assistance, les hôpitaux et le transport sanitaire.

En appelant le 900 300 144, vous pourrez connaître l'emplacement de nos centres, demander l'envoi d'une ambulance et recevoir les consignes à suivre en cas d'accident du travail. De plus, ce numéro de téléphone permet d'orienter et d'aider le salarié dans toutes les situations liées à un accident du travail.

MIRANDA DE EBRO

VILLE DE BURGOS

CENTRE DE SOINS - Burgos
Avenue DE LA PAZ n° 45
09004 Burgos

Téléphone : 947 227 854
Fax : 947 240 058

E-mail : burgos@mc-mutual.com
Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h et de 16 h à 19 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h
Horaires des soins : de 8 h à 15 h et de 16 h à 19 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h

Remarques : Fermé le 13/10/2025.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

Asepeyo. Burgos - Burgos
rue Vitoria n° 54, rez-de-chaussée,
09004 Burgos

Téléphone : 947 256 094
Fax : 947 266 379

Services : Soins de santé de premier recours
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h. Horaires exceptionnels (du 1er septembre au 31 octobre) : du lundi au vendredi de 10 h à 14 h 30.

SOINS

Fraternidad-muprespa. Direction provinciale de Burgos - Burgos
Rue DE VITORIA n° 58-64
09004 Burgos

Téléphone : 947 272 517
Fax : 947 271 627

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h

SOINS

MIRANDA DE EBRO

LOCALITÉ ARANDA DE DUERO

Fraternidad-muprespa. Aranda de Duero - Aranda de Duero
Avenue CASTILLA n° 49
09400 Aranda de Duero

Téléphone : 947 507 464
Fax : 947 507 465

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 19 h 30

SOINS

LOCALITÉ BURGOS

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Burgos
Avenue DE LA PAZ n° 21, rez-de-chaussée
09004 Burgos

Téléphone : 947 245 115
Fax : 947 229 108

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 13/10/2025.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

Hôpital Recoletas Burgos, S.L. - Burgos,
rue CRUZ ROJA S/N, n° 0,
09006 Burgos

Téléphone : 947 244 055
Fax : 947 240 424

Services : Consultations externes, Urgences 24h/24, Soins de proximité, Radiologie, Ophtalmologie
Horaires d'ouverture : Urgences 24 h/24, 365 jours par an, avec hospitalisation

HOSPITALIER

MIRANDA DE EBRO

LOCALITÉ MIRANDA DE EBRO

CENTRO CONCERTADO

Fremap Matepss Num 61 - Miranda de Ebro
Cuesta LOGROÑO n° 59
09200 Miranda de Ebro

Téléphone : 947 331 700

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité
Horaires d'ouverture : Du lundi au jeudi de 8 h à 16 h.
Le vendredi de 8 h à 15 h

SOINS

LOCALITÉ ARANDA DE DUERO

CENTRO CONCERTADO

Centro Policlinico Aranda, S.L. - Aranda de Duero
Rue ANTONIO Y MANUEL CEBAS, n° 1
09400 Aranda de Duero

Téléphone : 947 048 300
Fax : 947 048 217

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires, Radiologie
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 21 h

SOINS

LOCALITÉ MEDINA DE POMAR

CENTRO CONCERTADO

Centre Cemer Merindades Sl - Medina de Pomar
Avenue BILBAO n° 12
09500 Medina de Pomar

Téléphone : 947 191 890

Services : Soins de santé de proximité

SOINS

BIZKAIA / VIZCAYA

EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL

CENTRE D'ASSISTANCE MC MUTUAL BILBAO

Adresse : Plaza Sagrado Corazón 5, rez-de-chaussée
Tél. : 944 41 32 34
Horaires : Du lundi au jeudi de 8 h à 18 h. Le vendredi de 8 h à 15 h.
En juillet et août, du lundi au vendredi de 8 h à 15 h

CENTRE D'ASSISTANCE MC MUTUAL BARAKALDO

Adresse : Av. A. Miranda, 3, rez-de-chaussée
Tél. : Du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h. Fermé en août. 944 18 17 48
Horaires : Du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h. Fermé en août.

HÔPITAL INTERMUTUAL D'EUSKADI

Adresse : Rue Fontecha y Salazar, 6. Bilbao
Tél. : 944 13 23 80
Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

ÉTABLISSEMENTS DE SOINS ET HÔPITAUX OUVERTS 24 HEURES SUR 24

HÔPITAL DE BASURTO Tél. : 944 00 60 00	Montevideo Etorb., 18. Bilbao Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an
HÔPITAL CRUCES Tél. : 946 00 60 00	Plaza de Cruces, S/N. Cruces-Barakaldo. Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an
HÔPITAL DE GALDAKAO-USANSOLO Tél. : 944 00 70 00	Quartier Labeaga, S/N. Galdakao.. Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

TRANSPORTS EN TAXI OU EN AMBULANCE

Si la personne blessée se rend à la mutuelle avec son véhicule personnel ou celui d'un collègue, le déplacement pourra lui être remboursé à raison de 0,19 € par km. Si elle ne dispose pas de véhicule ou si elle est dans l'incapacité de conduire, elle pourra demander un taxi, qu'elle devra payer elle-même ; la mutuelle lui remboursera ensuite les frais sur présentation du ticket.

Si le salarié n'est pas en mesure de régler le montant du service, c'est-à-dire le trajet aller-retour entre l'entreprise utilisatrice et MC, Lanak prendra initialement en charge ce coût.

Ce montant sera prélevé sur votre salaire ; le salarié doit en faire la demande auprès de MC. Si l'accident nécessite l'intervention d'une ambulance, vous devez en faire la demande en appelant le 900 300 144

L'utilisation de ces services est réservée aux déplacements d'urgence, motivés exclusivement par des accidents du travail. Dans le cas contraire, MC Mutual ne prendra pas en charge le coût du déplacement.

INFORMATIONS TÉLÉPHONIQUES 24 HEURES SUR 24 concernant les centres d'assistance, les établissements hospitaliers et le transport sanitaire. En appelant le 900 300 144, vous pourrez connaître l'emplacement de nos centres, demander l'envoi d'une ambulance et recevoir les consignes à suivre en cas d'accident du travail. De plus, ce numéro de téléphone permet d'orienter et d'aider le salarié dans toutes les situations liées à un accident du travail.

BIZKAIA / VIZCAYA

Hôpital Intermutual d'Euskadi - Bilbao
6, rue FONTECHA Y SALAZAR
48007 Bilbao

Téléphone : 944 132 380
Fax : 944 466 730

Services : Hospitalisation, Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Urgences 24h/24
Spécialités : Radiologie, Rééducation, Traumatologie, Traumatologie et chirurgie orthopédique, Kinésithérapie, Urgences, Autres services de soins
Horaires d'ouverture : service d'hospitalisation 24h/24, urgences 24h/24 (SERVICE D'OPHTALMOLOGIE uniquement du lundi au vendredi de 8h00 à 20h00)

SOINS

CENTRE DE SOINS - Bilbao
Plaza Sagrado Corazón n° 5
48011 Bilbao

Téléphone : 944 413 234
Fax : 944 277 183
E-mail : bilbao@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 18 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h
Horaires des soins : de 8 h à 18 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h

SOINS

LOCALITÉ BARAKALDO

CENTRE DE SOINS - Barakaldo
Avenue MIRANDA n° 3
48902 Barakaldo

Téléphone : 944 181 748
Fax : 944 383 985
E-mail : baracaldo@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé CP, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

SOINS

Fraternidad-muprespa. Direction provinciale de Biscaye / Bizkaia - Bilbao
Rue AUTONOMÍA n° 53
48012 Bilbao

Téléphone : 944 395 757
Fax : 944 397 045

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h

SOINS

BIZKAIA / VIZCAYA

Asepeyo. Bilbo-bilbao - Bilbao
Avenue Sabino Arana n° 33-35,
48013 Bilbao

Téléphone : 944 417 850

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h.

SOINS

LOCALITÉ BILBAO

CENTRO CON CONVENIO

MUTUALIA - CENTRE HOSPITALIER - Bilbao
Rue ERCILLA n° 10, 10
48009 Bilbao

Téléphone : 944 252 500
Fax : 944 252 545

Services : Hospitalisation, Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Urgences 24h/24
Spécialités : Analyses cliniques, Anatomie pathologique, Anesthésiologie et réanimation, Appareil digestif, Cardiologie, Chirurgie cardiovasculaire, Chirurgie générale, Chirurgie maxillo-faciale, Chirurgie orthopédique, Chirurgie plastique et reconstructrice, Chirurgie thoracique, Chirurgie vasculaire, Clinique de la douleur, Dermatologie, Médecine générale, Médecine interne, Pneumologie, Neurochirurgie, Ophtalmologie, Oto-rhino-laryngologie, Psychologie clinique, Psychiatrie, Radiologie, Rééducation, Traumatologie, Urologie
Horaires : Urgences 24 heures sur 24. Avec hospitalisation

Remarques : Urgences 24 heures sur 24, tous les jours de l'année. Du 25 mars au 5 avril, de 8 h 00 à 15 h 30

HOSPITALIER

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Bilbao
Avenue SABINO ARANA n° 25
48013 Bilbao

CENTRO CON CONVENIO

Téléphone : 944 396 077
Fax : 944 396 148

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

SOINS

BIZKAIA / VIZCAYA

LOCALITÉ DURANGO

Asepeyo. Durango - Durango
rue Murueta, n°, tour 2 A,
48200 Durango

Téléphone : 946 813 200

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h 30.

SOINS

LOCALITÉ PORTUGALETE

Asepeyo. Portugalete - Portugalete
rue San Juan Bautista n°,
48920 Portugalete

Téléphone : 944 617 233
Fax : 944 617 244

Services : Soins de santé de proximité
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi, de 8 h à 18 h.
Horaires exceptionnels (du 10 février au 31 août) : du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h.

SOINS

LOCALITÉ BASAURI

Asepeyo. Basauri - Basauri
rue Urbi n° 21-23,
48970 Basauri

Téléphone : 944 495 166
Fax : 944 261 685

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h.

SOINS

LOCALITÉ ZAMUDIO

MUTUALIA - CENTRE DE SOINS - Zamudio
Parc technologique, bâtiment n° 206 B, rez-de-chaussée,
48170 Zamudio

Téléphone : 944 317 007
Fax : 944 209 415

Services : Soins de santé primaires, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 19 h, du lundi au vendredi

Remarques : Du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30.
Horaires d'accueil de 8 h à 19 h 00 du lundi au vendredi

SOINS

BIZKAIA / VIZCAYA

LOCALITÉ IURRETA

MUTUALIA - CENTRE DE SOINS - Iurreta
Rue BIDEBARRIETA n° 17-19
48215 Iurreta

Téléphone : 946 816 000
Fax : 946 201 112

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Du 14/07/2025 au 12/09/2025, horaires de 8 h à 15 h 30. Du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h à 15 h 30.
HORAIRES D'ACCUEIL DE 8 H À 19 H, DU LUNDI AU VENDREDI

SOINS

LOCALITÉ GERNIKA-LUMO

MUTUALIA - CENTRE D'ACCUEIL - Gernika-Lumo
Rue Juan Kaltzada n° 14,
48300 Gernika-Lumo

Téléphone : 946 258 514
Fax : 946 251 877

Services : Soins de santé primaires, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h

Remarques : du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30.
Horaires d'accueil de 8 h à 15 h 30 du lundi au vendredi

SOINS

LOCALITÉ ERANDIO

MUTUALIA - CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT - Erandio
Rue RIBERA DE AXPE n° 28
48950 Erandio

Téléphone : 944 042 100
Fax : 944 042 101

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h à 15 h 30. Horaires d'accueil de 8 h à 19 h, du lundi au vendredi

SOINS

BIZKAIA / VIZCAYA

LOCALITÉ BASAURI

CENTRO CON CONVENIO

MUTUALIA - CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT - Basauri
Avenue CERVANTES n° 51, POL.DENAK
48970 Basauri

Téléphone : 944 050 545
Fax : 944 050 549

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Du 16/06/2025 au 12/09/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30. Du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30.

SOINS

LOCALITÉ SANTURTZI

CENTRO CON CONVENIO

MUTUALIA - CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT - Santurtzi
Avenue MURRIETA n° 70
48980 Santurtzi

Téléphone : 944 629 436
Fax : 944 614 308

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de premier recours, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Du 14/04/025 au 25/04/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30.

SOINS

LOCALITÉ BERMEO

CENTRO CONCERTADO

Maria Aranzazu Bilbao Ormaechea - Bermeo
Rue TRAKE KALEA n° 2, escalier B,
48370 Bermeo

Téléphone : 946 885 475

Services : Soins de santé de premier recours

SOINS

GIPUZKOA / GUIPUZCOA

EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL

CENTRE D'ASSISTANCE MC MUTUAL SAN SEBASTIÁN

Adresse : Manuel Lekuona 4-6, rez-de-chaussée, 20018 Donostia - Saint-Sébastien
Tél. : 943 315 092
Horaires : Du lundi au jeudi de 8 h à 18 h. Le vendredi de 8 h à 15 h.
En août et pendant la Semana Grande, du lundi au vendredi de 8 h à 15 h

CENTRE DE SOINS MC MUTUAL IRUN

Adresse : Lekaenea 22-24, 20301 Irun
Tél. : 943 66 77 20
Horaires : Du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h. Fermé en août.

HÔPITAL INTERMUTUAL D'EUSKADI

Adresse : Rue Fontecha y Salazar, 6. Bilbao
Tél. : 944 13 23 80
Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

CENTRES DE SOINS ET HOSPITAUX OUVERTS 24 HEURES SUR 24

CLINIQUE PAKEA - MUTUALIA	Pase Arriola, 26 20018 Donostia-Saint-Sébastien
Tél. : 943 212600	Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an
HÔPITAL UNIVERSITAIRE DONOSTIA - OSAKIDETZA	Paseo Doctor Beguiristain, s/n, 20014 Donostia-Saint-Sébastien.
Tél. : 943 00 70 00	Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an
CLINIQUE SANTA MARIA LA ASUNCION	Izaskungo aldapa, 9 20400 Tolosa
Tél. : 943 69 70 00	Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

TRANSPORTS EN TAXI OU EN AMBULANCE

Si la personne blessée se rend à la mutuelle avec son véhicule personnel ou celui d'un collègue, ses frais de déplacement pourront lui être remboursés à raison de 0,19 € par kilomètre. Si elle ne dispose pas de véhicule ou si elle est dans l'incapacité de conduire, elle pourra demander un taxi, qu'elle devra payer elle-même ; la mutuelle lui remboursera ensuite ces frais sur présentation du ticket.

Si le salarié n'est pas en mesure de régler le montant du service, c'est-à-dire le trajet aller-retour entre l'entreprise utilisatrice et MC, Lanak prendra initialement en charge ce coût.

Ce montant sera déduit de sa paie, le salarié devant en faire la demande auprès de MC. Si l'accident nécessite l'intervention d'une ambulance, il devra en faire la demande par téléphone au 900 300 144.

L'utilisation de ces services est réservée aux déplacements d'urgence, motivés exclusivement par des accidents du travail. Dans le cas contraire, MC Mutual ne prendra pas en charge le coût du déplacement.

INFORMATIONS TÉLÉPHONIQUES 24 HEURES SUR 24 concernant les centres d'assistance, les hôpitaux et le transport sanitaire. En appelant le 900 300 144, vous pourrez connaître l'emplacement de nos centres, demander l'envoi d'une ambulance et recevoir les consignes à suivre en cas d'accident du travail. De plus, ce numéro de téléphone permet d'orienter et d'aider le salarié dans toutes les situations liées à un accident du travail.

GIPUZKOA / GUIPUZCOA

LOCALITÉ DONOSTIA-SAN SEBASTIAN

CENTRE DE SOINS - Donostia-Saint-Sébastien
Rue MANUEL LEKUONA n° 4-6
20018 Donostia-Saint-Sébastien

Téléphone : 943 315 092
Fax : 943 314 839

E-mail : sansebastian@mc-mutual.com
Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 18 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h
Horaires des soins : du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 15 h.

SOINS

LOCALITÉ DONOSTIA-SAN SEBASTIAN

MUTUALIA - CENTRE HOSPITALIER - Donostia-Saint-Sébastien
Paseo ARRIOLA n° 26 20018
Donostia-Saint-Sébastien

Téléphone : 943 212 600
Fax : 943 211 188

Services : Hospitalisation, Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Urgences 24h/24
Spécialités : Analyses cliniques, Anesthésiologie et réanimation, Appareil digestif, Cardiologie, Chirurgie cardiovasculaire, Chirurgie générale, Chirurgie maxillo-faciale, Chirurgie orthopédique, Chirurgie plastique et reconstructrice, Clinique de la douleur, Dermatologie, Médecine générale, Médecine interne, Pneumologie, Neurochirurgie, Ophtalmologie, Oto-rhino-laryngologie, Psychiatrie, Radiologie, Rééducation, Traumatologie, Urologie
Horaires : Urgences ouvertes 24 heures sur 24, tous les jours de l'année. Avec hospitalisation

Remarques : Urgences ouvertes 24 heures sur 24, tous les jours de l'année. Du 25 mars au 5 avril, de 8 h 00 à 15 h 30.

CENTRO CON CONVENIO
HOSPITALIER

LOCALITÉ BEASAIN

MUTUALIA - CENTRE DE SOINS - Beasain
Rue DULCE MARIA LOINAZ, n° 1 et 2
20200 Beasain

Téléphone : 943 085 340
Fax : 943 085 341

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30.

CENTRO CON CONVENIO
SOINS

GIPUZKOA / GUIPUZCOA

LOCALITÉ BERGARA

Mutualia Matepss n° 2 - Bergara,
rue Amillaga n° 5, escalier C,
20570 Bergara

Téléphone : 943 761 349

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h 30, du lundi au vendredi

SOINS

LOCALITÉ BERGARA

Asepeyo. Bergara - Bergara
rue Amillaga n° 29
20570 Bergara

Téléphone : 943 761 643
Fax : 943 764 356

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h.

SOINS

LOCALITÉ EIBAR

Fraternidad-muprespa. Eibar - Eibar
rue Ibarkurutze n° 2, rez-de-chaussée,
20600 Eibar

Téléphone : 943 207 940
Fax : 943 208 718

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 7 h 30 à 15 h

SOINS

LOCALITÉ AZPEITIA

Asepeyo. Azpeitia - Azpeitia
Quartier Landeta, n° 1,
20730 Azpeitia

Téléphone : 943 814 400
Fax : 943 811 676

Services : Soins de santé de premier recours
Horaires d'ouverture : Fermeture exceptionnelle (du 11 août au 22 août).

SOINS

GIPUZKOA / GUIPUZCOA

LOCALITÉ IRUN

CENTRO CON CONVENIO

MUTUALIA - CENTRE D'AIDE - Irun
6, rue PAGOGAINA
20301 Irun

Téléphone : 943 243 410
Fax : 943 243 411

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé CP, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h à 15 h 30. Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h 30, du lundi au vendredi

SOINS

LOCALITÉ IRUN

MC MUTUAL

CENTRE D'ACCUEIL - Irun
Rue LEKAENEA n° 22-24
20301 Irun

Téléphone : 943 667 720
Fax : 943 615 989
E-mail : irun@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de premier recours, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

SOINS

LOCALITÉ TOLOSA

+compromiso
alianza de mutuas

Asepeyo. Tolosa - Tolosa
Asepeyo. Tolosa - Tolosa, rue Igarondo n° 7,
20400 Tolosa

Téléphone : 943 672 335
Fax : 943 672 271

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : Fermeture exceptionnelle (du 4 août au 14 août).

SOINS

GIPUZKOA / GUIPUZCOA

LOCALITÉ BEASAIN

CENTRO CONCERTADO

Fremap Matepss n° 61 - Beasain
Avenue NAVARRA n° 10
20200 Beasain

Téléphone : 943 805 100

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : de 8 h à 18 h du lundi au jeudi et
de 8 h à 15 h le vendredi

SOINS

LOCALITÉ ARRASATE OU MONDRAGON

CENTRO CONCERTADO

Fremap Matepss n° 61 - Arrasate ou Mondragon
Rue ERGUIÑARRO n° 2
20500 Arrasate ou Mondragon

Téléphone : 943 794 731

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : de 8 h à 16 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h

SOINS

LOCALITÉ EIBAR

CENTRO CON CONVENIO

MUTUALIA - CENTRE DE SOINS - Eibar
Rue BARRENA n° 20-22
20600 Eibar

Téléphone : 943 202 724
Fax : 943 201 968

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires, Radiologie
Horaires d'ouverture : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Du 14/04/2025 au 25/04/2025, horaires de 8 h 00 à 15 h 30. Horaires d'accueil de 8 h à 17 h 30 du lundi au jeudi.
Le vendredi, de 8 h à 15 h 30

SOINS

LOCALITÉ AZKOITIA

CENTRO CON CONVENIO

MUTUALIA - CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT - Azkoitia
Plaza Anaitasuna n° 3
20720 Azkoitia

Téléphone : 943 853 242
Fax : 943 852 443

Horaires d'ouverture du service d'assistance : de 8 h à 15 h 30, du lundi au vendredi.

Remarques : Fermé du 14/04/2025 au 25/04/2025

SOINS

LA RIOJA

EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL

CENTRE D'ASSISTANCE MC MUTUAL LOGROÑO	
Adresse :	Duquesa de la Victoria 50 bis
Tél. :	941 23 74 22
Horaires :	Du lundi au jeudi de 8 h à 17 h 30. Le vendredi de 8 h à 14 h 30. En juillet et août, du lundi au vendredi de 8 h à 14 h 30

CENTRES DE SOINS ET HÔPITAUX OUVERTS 24 HEURES SUR 24	
CLINIQUE LOS MANZANOS	Hnos. Maristas s/n (Lardero)
Tél. : 941 49 94 90	Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an
HÔPITAL SAN PEDRO	Piqueras, 98
Tél. : 941 29 84 26	Horaires : 24 heures sur 24, 365 jours par an

TRANSPORTS EN TAXI OU EN AMBULANCE

Si la personne blessée se rend à la mutuelle avec son véhicule personnel ou celui d'un collègue, le déplacement pourra lui être remboursé à raison de 0,19 € par km.

S'il ne dispose pas de véhicule ou s'il est dans l'incapacité de conduire, il pourra demander un taxi, qu'il devra payer lui-même ; la mutuelle lui remboursera ensuite les frais sur présentation du ticket.

Dans le cas où le salarié ne serait pas en mesure de régler le montant du service, c'est-à-dire le trajet aller-retour entre l'entreprise utilisatrice et MC, Lanak prendra initialement en charge ce coût.

Ce montant sera déduit de sa paie, le salarié devant en faire la demande auprès de MC. Si l'accident nécessite l'intervention d'une ambulance, il devra en faire la demande par téléphone au 900 300 144.

L'utilisation de ces services est réservée aux déplacements d'urgence, motivés exclusivement par des accidents du travail. Dans le cas contraire, MC Mutual ne prendra pas en charge le coût du déplacement.

INFORMATIONS TÉLÉPHONIQUES 24 HEURES SUR 24 concernant les centres d'assistance, les hôpitaux et le transport sanitaire.

En appelant le 900 300 144, vous pourrez connaître l'emplacement de nos centres, demander l'envoi d'une ambulance et recevoir les consignes à suivre en cas d'accident du travail. De plus, ce numéro de téléphone permet d'orienter et d'aider le salarié dans toutes les situations découlant d'un accident du travail.

LA RIOJA

LOCALITÉ LOGROÑO

CENTRE DE SOINS - Logroño
Rue DUQUESA DE LA VICTORIA n° 50 BIS
26003 Logroño

Téléphone : 941 237 422
Fax : 941 237 134
E-mail : rioja@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 18 h du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h
Horaires des soins : de 8 h à 15 h 30 du lundi au jeudi. Le vendredi, de 8 h à 15 h

Remarques : FERMÉ le 22/09/2025
DU 23/09/2025 AU 26/09/2025, LES HORAIRES SERONT DE 8H00 À 15H00

SOINS

Asepeyo. Logroño - Logroño
Avenue Madrid n° 2,
26007 Logroño

Téléphone : 941 211 099
Fax : 941 204 160

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h. Exception (du 23 septembre au 26 septembre) : mardi, mercredi, jeudi et vendredi de 8 h à 15 h.

SOINS

LOCALITÉ LOGROÑO

Fraternidad-muprespa. Direction provinciale de La Rioja - Logroño
Rue GENERAL ESPARTERO n° 5, rez-de-chaussée
26003 Logroño

Téléphone : 941 241 777
Fax : 941 258 869

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h

SOINS

LA RIOJA

LOCALITÉ LOGROÑO

Clinique ophtalmologique Marcos Beltrán, S.L. - Logroño
9, rue BELCHITE
26002 Logroño

Téléphone : 941 251 220

Services : Ophtalmologie
Horaires d'ouverture : du lundi au jeudi de 9 h à 13 h 30 et de 13 h 30 à 20 h, et le vendredi de 9 h à 13 h 30 et de 15 h 30 à 19 h 30

CENTRO CONCERTADO

SOINS

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Logroño
Avenue de Burgos n° 155,
26007 Logroño

Téléphone : 941 221 573
Fax : 941 210 743

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h 00 à 15 h 15, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : de 8 h 00 à 15 h 15, du lundi au vendredi.

Remarques : les 20, 23, 24, 25 et 26 septembre, les horaires du centre seront de 8 h à 14 h.

CENTRO CON CONVENIO

SOINS

LOCALITÉ LARDERO

Hôpital Viamed Los Manzanos - Lardero
Rue HERMANOS MARISTAS, n° S/N
26140 ; Lardero

Téléphone : 941 499 490
Fax : 941 499 491

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Consultations externes, Urgences 24h/24, Soins de santé primaires, Radiologie
Horaires d'ouverture : 24 h/24, 365 jours par an, avec hospitalisation

CENTRO CONCERTADO

HOSPITALIER

LOCALITÉ HARO

Raquel Gómez Manero - Haro
Parque Pintores Tubia y Santamaría n° 4, 1er étage
26200 Haro

Téléphone : 941 311 681

Services : Soins de santé de proximité

CENTRO CONCERTADO

SOINS

LA RIOJA

LOCALITÉ CALAHORRA

CENTRO CONCERTADO

Centre médical Bebricio - Calahorra
Rue BEBRICIO n° 41, escalier BAJO
26500 Calahorra

Téléphone : 941 132 903

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : Fermé pour vacances du 15 au 30 août.

SOINS

LOCALITÉ ARNEDO

CENTRO CONCERTADO

Maz Arnedo - Arnedo
Avenue ELISEO LERENA n° 22
26580 Arnedo

Téléphone : 941 382 707

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h

Remarques : Du lundi au vendredi de 8 h à 15 h

SOINS

LOCALITÉ CALAHORRA

CENTRO CONCERTADO

Mutua Universal Calahorra - Calahorra
Rue Bebricio n° 61,
26500 Calahorra

Téléphone : 941 134 897

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : Du lundi au vendredi de 8 h à 15 h 30 d'octobre à mai Du lundi au vendredi de 8 h à 15 h de juin à septembre

SOINS

MADRID

EN CAS D'ACCIDENT DU TRAVAIL

CENTRE D'ASSISTANCE MC MUTUAL MADRID	
Adresse :	4-6, rue Rodríguez San Pedro, 28015 Madrid
Tél. :	91 467 97 90
Horaires :	Du lundi au vendredi, de 8 h à 20 h. Horaires administratifs : de 8 h à 15 h

CENTRES DE SOINS ET HOSPITAUX OUVERTS 24 HEURES SUR 24	
ASEPEYO Tél. : 915 906 300	79-81, rue Francisco Silvela, Madrid Horaires : Urgences uniquement de 20 h à 8 h, ainsi que les fins de semaine et jours fériés
HÔPITAL FRATERNIDAD-MUPRESPA HABANA Tél. 913 608 800	Paseo de la Habana 83-85 Madrid Horaires : Urgences uniquement de 20 h à 8 h, ainsi que les fins de semaine et jours fériés
HÔPITAL ASEPEYO DE COSLADA Tél.: 916 735 011	Rue Joaquín de Cárdenas, 2 Coslada Horaires : Urgences uniquement de 20 h à 8 h, ainsi que les fins de semaine et jours fériés

TRANSPORTS EN TAXI OU EN AMBULANCE

Si la personne blessée se rend à la mutuelle avec son véhicule personnel ou celui d'un collègue, le déplacement pourra lui être remboursé à raison de 0,19 € par km.

S'il ne dispose pas de véhicule ou s'il est dans l'incapacité de conduire, il pourra demander un taxi, qu'il devra payer lui-même ; la mutuelle lui remboursera ensuite les frais sur présentation du ticket.

Dans le cas où le salarié ne serait pas en mesure de régler le montant du service, c'est-à-dire le trajet depuis l'entreprise utilisatrice jusqu'à MC et le retour à l'entreprise utilisatrice ou à son domicile, Lanak prendra initialement en charge ce coût.

Ce montant sera déduit de sa paie, le salarié devant en faire la demande auprès de MC. Si l'accident nécessite l'intervention d'une ambulance, il devra en faire la demande par téléphone au 900 300 144.

L'utilisation de ces services est réservée aux déplacements d'urgence, motivés exclusivement par des accidents du travail. Dans le cas contraire, MC Mutual ne prendra pas en charge le coût du déplacement.

INFORMATIONS TÉLÉPHONIQUES 24 HEURES SUR 24 concernant les centres de soins, les hôpitaux et le transport sanitaire.

En appelant le 900 300 144, vous pourrez connaître l'emplacement de nos centres, demander l'envoi d'une ambulance et recevoir les consignes à suivre en cas d'accident du travail. De plus, ce numéro de téléphone permet d'orienter et d'aider le salarié, quelle que soit la situation découlant d'un accident du travail.

MADRID

LOCALITÉ MADRID

CENTRE DE SOINS - Madrid
Rue RODRÍGUEZ SAN PEDRO, n° 4-6
28015 Madrid

Téléphone : 914 679 790
Fax : 915 944 365
E-mail : madridrsp@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

CENTRE DE SOINS - Madrid
Rue CARTAGENA n° 73
28028 Madrid

Téléphone : 917 265 900
Fax : 917 266 278

E-mail : madridc@mc-mutual.com
Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

Hôpital Fraternidad-muprespa La Havane - Madrid
Paseo PASEO DE LA HABANA n° 83-85
28036 Madrid

Téléphone : 913 608 800
Fax : 913 608 855

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Urgences 24h/24, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : TOUJOURS : 24 heures sur 24

Remarques : Urgences uniquement les jours ouvrables de 20 h à 8 h et 24 h/24 le week-end et les jours fériés.

HOSPITALIER

Fraternidad-muprespa. Direction provinciale de Madrid - Madrid
Rue MADRE DE DIOS n° 42
28016 Madrid

Téléphone : 913 431 960
Fax : 913 431 999

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 22 h

SOINS

MADRID

Fraternidad-Muprespa. Direction provinciale de Madrid - Madrid
Rue MADRE DE DIOS n° 42
28016 Madrid

Téléphone : 913 431 960
Fax : 913 431 999

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 22 h

SOINS

Asepeyo. Villaverde Alto - Madrid
Rue Domingo Párraga n° 52
28021 Madrid

Téléphone : 917 983 300
Fax : 910 501 546

Services : Soins de santé CP
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h. Horaires exceptionnels (du 1er juillet au 31 août) : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h.

Remarques : accès par la rue Manola y Rosario, 25.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

Asepeyo. Ciudad Lineal - Madrid
Rue Alcalá n° 463
28027 Madrid

Téléphone : 917 434 181
Fax : 913 202 538

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h. Exceptionnellement (du 1er août au 31 août) : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h.

SOINS

Asepeyo. Chamartín - Madrid
Rue Enrique Larreta n° 10
28036 Madrid

Téléphone : 910 500 504
Fax : 910 787 068

Services : Urgences 24h/24, soins de santé de premier recours
Horaires d'ouverture : 24 h/24 et jours fériés. (Urgences médicales).
Ophtalmologie (du 1er janvier au 31 décembre). Lundi et jeudi de 9 h à 13 h 15 et de 15 h 30 à 19 h 30. Mardi, mercredi et vendredi de 9 h à 13 h 15.

SOINS

MADRID

Fraternidad-Muprespa. Barajas - Madrid
30, rue San Severo
28042 Madrid

Téléphone : 913 010 123
Fax : 913 055 094

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 7 h à 22 h

SOINS

Asepeyo. Mercamadrid - Madrid
Marché Mercamadrid, Parcelle J-4 (rue Eje 1-8)
28053 Madrid

Téléphone : 915 078 200
Fax : 915 078 201

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 00 h 01 à 15 h 00 et de 22 h 00 à 23 h 59. Le samedi de 00 h 01 à 10 h 00. Le dimanche de 22 h 00 à 23 h 59.

SOINS

LOCALITÉ ROZAS DE MADRID (LAS)

Asepeyo. Las Rozas - Rozas de Madrid (Las)
Ronda de la Plazuela n° 9
28231 Las Rozas de Madrid

Téléphone : 916 409 990
Fax : 916 409 997

Services : Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h.

Remarques : accès par la rue Manola y Rosario, 25

SOINS

Hôpital Moncloa Grupo Hla, S.a.u. - Madrid
Avenue de Valladolid, n° 83,
28008 Madrid

Téléphone : 917 581 196
Services : Ophtalmologie

Horaires d'ouverture : Urgences ophtalmologiques 24 h/24

Remarques : Urgences ophtalmologiques 24 h/24

HOSPITALIER

MADRID

UNION DES MUTUELLES - CENTRE D'ASSISTANCE - Madrid
Avenue PABLO IGLESIAS, n° 20,
28003 Madrid

CENTRO CON CONVENIO

Téléphone : 915 344 182
Fax : 915 353 933

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h 00 à 14 h 45, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.

Remarques : À PARTIR DU 1ER MARS, DU LUNDI AU VENDREDI DE 8 h À 20 h.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Madrid
Route de Carabanchel à Villaverde, n° 91,
28041 Madrid

CENTRO CON CONVENIO

Téléphone : 910 509 260
Fax : 912 762 339

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Suivi médical ITCC
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi.

Remarques : de 8 h 00 à 15 h 15, du lundi au vendredi.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

LOCALITÉ ALCORCON

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Alcorcón
Rue INDUSTRIAS n° 79, ZONE INDUSTRIELLE URTINSA
28923 Alcorcón

CENTRO CON CONVENIO

Téléphone : 916 434 141
Fax : 916 434 411

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h 00 à 15 h 15, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h 00 à 15 h 15, du lundi au vendredi

Remarques : de 8 h 00 à 15 h 15, du lundi au vendredi

SOINS

MADRID

LOCALITÉ ALCALA DE HENARES

CENTRE D'ACCOMPAGNEMENT - Alcalá de Henares
10, rue Madre de Dios (accès par la Via Complutense)
28801 Alcalá de Henares

Téléphone : 918 892 784
Fax : 918 832 950
E-mail : alcaladehenares@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi
Horaires d'ouverture du service d'assistance : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.

Remarques : Fermé le 09/10/2025.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

LOCALITÉ HUMANES DE MADRID

CENTRE DE SOINS - Humanes de Madrid
Rue SIERRA NEVADA n° 1, (à l'angle de l'avenue de la Industria, 21)
28970 Humanes de Madrid

Téléphone : 916 979 480
Fax : 914 920 543
E-mail : humanes@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de premier recours, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

Asepeyo. Humanes - Humanes de Madrid,
rue Santiago Ramón y Cajal, n° 15,
28970 Humanes de Madrid

Téléphone : 914 982 704

Services : Soins de santé CP

Remarques : Ce centre d'assistance ne dispense pas de soins médicaux en cas d'accidents du travail. Il agit EXCLUSIVEMENT en tant que service de rééducation, bureau administratif et suivi des risques courants

SOINS

MADRID

LOCALITÉ FUENLABRADA

CENTRE D'ASSISTANCE - Fuenlabrada
Rue MANUEL COBO CALLEJA, n° 22
28947 Fuenlabrada

Téléphone : 916 421 754
Fax : 916 424 907
E-mail : fuenlabrada@mc-mutual.com

Services : Soins de santé de premier recours, Gestion administrative, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

Asepeyo. Fuenlabrada - Fuenlabrada
Avenida de la Constitución n° 63,
28944 Fuenlabrada

Téléphone : 916 901 681

Services : Soins de santé de premier recours
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h.

SOINS

LOCALITÉ COSLADA

Asepeyo. Hôpital de Coslada - Coslada
rue Joaquín de Cárdenas n° 2,
28823 Coslada

Téléphone : 916 735 011

Services : Soins de santé en médecine générale
Horaires d'ouverture : Urgences uniquement, jours ouvrables de 20 h à 8 h et 24 h/24 le week-end et les jours fériés.

Remarques : Urgences uniquement les jours ouvrables de 20 h à 8 h et 24 h/24 le week-end et les jours fériés.

HOSPITALIER

LOCALITÉ VALDEMORO

Asepeyo. Valdemoro - Valdemoro
Paseo de la Estación, n° 4-6
28343 Valdemoro

Téléphone : 918 950 875
Fax : 918 956 606

Services : Soins de santé de proximité
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h 30. Exceptionnellement (du 16 juin au 18 juillet) : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h.

SOINS

MADRID

LOCALITÉ GETAFE

CENTRE DE SOINS - Getafe
Camino VIEJO PINTO n° 19
28903 Getafe

Téléphone : 916 652 940
Fax : 916 814 700
E-mail : getafe@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

Asepeyo. Getafe - Getafe
rue San Vicente n° 7,
28902 Getafe

Téléphone : 916 955 064
Fax : 916 831 137

Services : Soins de santé de premier recours
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 18 h.

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

LOCALITÉ ARGANDA DEL REY

Asepeyo. Arganda del Rey - Arganda del Rey
Avenue de Madrid n° 28
28500 Arganda del Rey

Téléphone : 918 701 831
Fax : 918 704 154

Services : Soins de santé de proximité
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h.

SOINS

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Arganda del Rey
Avenue DE MADRID n° 4
28500 Arganda del Rey

Téléphone : 918 711 059
Fax : 918 710 032

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi.

Remarques : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi.

SOINS

MADRID

LOCALITÉ ALCOBENDAS

CENTRE D'AIDE - Alcobendas

Avenue DE LA INDUSTRIA n° 9,
28108 Alcobendas

Téléphone : 916 624 410
Fax : 916 572 598
E-mail : alcobendas@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires d'ouverture du service d'assistance : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

IBERMUTUA - CENTRO ASISTENCIAL - Alcobendas

CENTRO CON CONVENIO

13, rue SEPULVEDA (P. I. ALCOBENDAS) 13
28108 Alcobendas

Téléphone : 916 610 034
Fax : 916 614 220

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h
Horaires des soins : du lundi au vendredi, de 8 h à 15 h

Remarques : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

LOCALITÉ LEGANES

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Leganés

CENTRO CON CONVENIO

Rue ESTEBAN TERRADAS, n° 12
28914 Leganés

Téléphone : 916 889 000
Fax : 916 876 889

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.

Remarques : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.

SOINS

MADRID

LOCALITÉ TORREJON DE ARDOZ

IBERMUTUA - CENTRE DE SOINS - Torrejón de Ardoz
Rue LA SOLANA n° 2
28850 Torrejón de Ardoz

Téléphone : 916 761 995
Fax : 916 762 989

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.
Horaires des soins : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.

Remarques : de 8 h à 20 h, du lundi au vendredi.
Fermé le 01/11/2025

SOINS

LOCALITÉ TORREJON DE ARDOZ

CENTRE D'ASSISTANCE - Torrejón de Ardoz
Rue TROPICO n° 6
28850 Torrejón de Ardoz

Téléphone : 916 487 370
Fax : 916 772 602
E-mail : torrejon@mc-mutual.com

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé de proximité, Gestion administrative, Suivi médical ITCC, Radiologie
Horaires d'ouverture des bureaux : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi
Horaires des soins : de 8 h à 15 h, du lundi au vendredi

Remarques : Fermé le 01/11/2025

SOINS

LOCALITÉ ARANJUEZ

Clinica Atlas, S.L. - Aranjuez
81 rue POSTAS
28300 Aranjuez

Téléphone : 918 925 373
Fax : 918 914 937

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 14 h et de 16 h à 18 h

SOINS

MADRID

LOCALITÉ COLLADO VILLALBA

Asepeyo. Collado Villalba - Collado Villalba
Camino del Molino n° 21
28400 Collado Villalba

Téléphone : 918 400 080

Services : Soins de santé de premier recours
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h.

Remarques : Les soins de santé du lundi au vendredi de 15 h à 20 h sont dispensés par le personnel de Fraternidad-Muprespa.
Le numéro de téléphone à contacter pendant ces horaires est le 910 509 144.

SOINS

Fraternidad-muprespa. Collado Villalba - Collado Villalba
Rue Camino del Molino, n° 21,
28400 Collado Villalba

Téléphone : 917 438 215

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h

SOINS

LOCALITÉ TRES CANTOS

Asepeyo. Tres Cantos - Tres Cantos
Avenue de l'Industrie n° 56,
28760 Tres Cantos

Téléphone : 918 030 234
Fax : 918 039 077

Services : Soins de santé de proximité
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 15 h 30.

SOINS

Fraternidad-muprespa. Tres Cantos - Tres Cantos
Rue DEL VIENTO n° 12, rez-de-chaussée
28760 Tres Cantos

Téléphone : 918 041 073
Fax : 918 042 877

Services : Rééducation / Kinésithérapie, Soins de santé primaires
Horaires d'ouverture : du lundi au vendredi de 8 h à 20 h

SOINS

MC MUTUAL Red de Centros

https://www.mc-mutual.con/red-de-centros

URGENCES MÉDICALES : 900 300 144



MANUEL DE SÉCURITÉ

Lanak

Empresa Trabajo Temporal

TABLE DES MATIÈRES

1. La loi sur la prévention des risques du travail 56
2. Accident du travail et maladie e professionnelle 57
3. Surveillance de l' t de la santé 58
4. Faits et conditions d' s non assurées 59
5. Droits et obligations 61
6. Ordre, t propreté 62
7. Équipements de protection individuelle 64
8. Règles générales d' t de sécurité 65
9. Équipements d' u travail 68
10. Appareils d' t de levage 75
11. Soudure 83
12. Manutention manuelle d s charges 85
13. Nettoyage 86
14. Écrans d'affichage des données (PVD) 91
15. Électricité 93
16. Signalisation sur les lieux d' u de travail 94
17. Mesures d'urgence et d' s incendies 95

1. LA LOI SUR LA PRÉVENTION DES RISQUES DU TRAVAIL

Pourquoi la prévention des risques professionnels est-elle nécessaire ?

- Toutes les 3 minutes, quelque part dans le monde, une personne décède des suites d'un accident du travail ou d'une maladie professionnelle.
- Chaque seconde, au moins quatre personnes sont blessées sur leur lieu de travail.

Origine de la prévention des risques professionnels

- La CONSTITUTION de 1978 impose aux pouvoirs publics de veiller à la sécurité et à l'hygiène au travail (art. 40.2).
- En 1989, la DIRECTIVE COMMUNAUTAIRE 89/391/CEE.

La loi n° 54/2003 a réformé le cadre réglementaire de la LOI SUR LA PRÉVENTION de notre pays afin d'actualiser la législation existante en matière de prévention.

La LOI SUR LA PRÉVENTION DES RISQUES PROFESSIONNELS a pour premier OBJECTIF de protéger la santé de TOUS les travailleurs. Les accidents ne sont pas le fruit du hasard :

Observez, réfléchissez avant d'agir

Chacun doit se comporter de manière à ne pas s'exposer, ni exposer les autres, au danger.

2. ACCIDENT DU TRAVAIL ET MALADIE E PROFESSIONNELLE

Qu'est-ce qu'un ACCIDENT DU TRAVAIL ?

Il s'agit de toute lésion corporelle survenue à l'occasion ou à la suite du travail. Ses conséquences sont immédiatement visibles :

Blessures survenues sur le lieu de travail.

Blessures survenant sur le trajet aller-retour entre le domicile et le lieu de travail (in itinere).

INCIDENT : il est dû aux mêmes causes que les accidents, mais n'entraîne pas de blessures chez le salarié.

Qu'est-ce qu'une MALADIE PROFESSIONNELLE ?

Il s'agit de toute maladie ou pathologie survenue à l'occasion ou en raison du travail.

Elle entraîne une détérioration lente et progressive de la santé, de sorte que ses effets ne sont perceptibles qu'après un certain temps d'exposition à la situation dangereuse.

Quels sont les facteurs qui la déterminent ?

1 La nature de l'agent polluant.

2 La concentration de l'agent contaminant dans l'environnement.

3 La durée d'exposition.

4 Les caractéristiques personnelles de chaque individu.





3. SURVEILLANCE DE L' T DE LA SANTÉ

- Conformément à l'article 22 de **la loi sur la prévention des risques professionnels**, *l'employeur doit garantir* à ses salariés une *surveillance périodique* de leur état de santé en fonction des risques inhérents au travail.
- En respectant toujours le droit à la vie privée et à la dignité de la personne, ainsi que la confidentialité de toutes les informations reçues.
- Les résultats doivent être communiqués aux salariés concernés.
- Les résultats ne peuvent être utilisés à des fins discriminatoires ni au détriment du salarié.
- L'accès aux informations médicales à caractère personnel est limité au personnel médical et aux autorités sanitaires.

Ce *caractère volontaire* ne fera l'objet d'une dérogation, sur rapport préalable des représentants des salariés, que lorsque :

- Cela s'avère indispensable pour évaluer les effets des conditions de travail sur la santé des salariés.
- L'état de santé du salarié peut constituer un danger pour lui-même ou pour ses collègues.
- Si les risques inhérents au travail l'exigent, l'obligation de surveillance de la santé se prolongera au-delà de la fin de la relation de travail.



4. FAITS ET CONDITIONS D' S NON ASSURÉES

Les accidents du travail et les maladies professionnelles ne sont pas fortuits ; ils ont tous une ou plusieurs causes, qui se répartissent comme suit :

Comportements à risque

C'est la personne qui, par ses actes, provoque directement des situations à risque pour elle-même et pour ses collègues.

Cela peut être dû à :

- De l'insouciance.
- L'ignorance.
- L'irresponsabilité.
- L'imprudence.

Exemples :

- Utiliser des équipements sans autorisation.
- Utiliser les équipements de manière incorrecte.
- Retirer les dispositifs de sécurité des équipements de travail.
- Ne pas signaler ou avertir.
- Ne pas porter d'équipement de protection individuelle.
- Conduire à une vitesse inadaptée.
- Travailler sous l'influence de l'alcool ou d'autres drogues.



Conditions dangereuses

Il s'agit de toutes les situations qui, de par leur nature, représentent un risque pour les travailleurs sans que ceux-ci puissent faire quoi que ce soit pour y remédier.

Exemples :

- Dispositifs de protection inadéquats.
- Espace restreint pour manœuvrer.
- Conditions environnementales dangereuses : gaz, fumées, poussières, émanations.
- Exposition au bruit.
- Exposition aux rayonnements.
- Éclairage excessif ou insuffisant.
- Ventilation insuffisante.



5. DROITS ET OBLIGATIONS

Droits des travailleurs en matière de prévention

- Être informés des risques pour leur santé et leur sécurité, ainsi que des mesures préventives à prendre, y compris celles prévues pour faire face aux situations d'urgence.
- Recevoir une formation théorique et pratique suffisante et adaptée.
- Bénéficier d'une surveillance périodique de leur état de santé, en fonction des risques inhérents à leur poste de travail.
- De quitter le lieu de travail, si nécessaire, lorsqu'ils estiment que l'activité exercée présente un risque grave et imminent pour leur vie ou leur santé.

Obligations des travailleurs en matière de prévention

- Utiliser correctement les machines, les outils, les substances dangereuses, les équipements et tout autre moyen de travail.
- Utiliser correctement les moyens et équipements de protection fournis par l'employeur.
- Coopérer avec l'employeur afin que celui-ci puisse garantir des conditions de travail sûres et ne présentant aucun risque pour la sécurité et la santé des travailleurs.
- Utiliser correctement les dispositifs de sécurité des moyens et lieux de travail.
- Signaler immédiatement toute situation qui, selon eux, présente un risque pour la sécurité et la santé des travailleurs.

6. ORDRE, T PROPRETÉ

Bon nombre d'accidents mineurs sont dus à un manque d'attention porté à l'environnement dans lequel la tâche est effectuée.

Pour que le travail s'effectue dans un environnement sûr et salubre, un ordre adéquat et des conditions minimales de propreté sont nécessaires. À cette fin, nous tiendrons compte des considérations suivantes :

- Assurer une bonne visibilité sur le poste de travail.
- Dans chaque zone de travail, seuls les obstacles indispensables doivent être présents ; à cet effet, il ne faut pas empiler sur chaque poste ou machine plus que les matériaux nécessaires à l'exécution du travail, en retirant le superflu.
- Empiler chaque matériau en fonction du produit concerné, en veillant à la sécurité lors du chargement, du déchargement et du stockage. Lorsque les objets sont de petite taille, utiliser des récipients adaptés tels que des palettes ou des conteneurs.
- Disposer de poubelles pour recueillir tous les déchets, résidus et rebuts ; ne jamais rien jeter par terre.
- Veiller à ce que chaque poste de travail et les espaces communs soient exempts de graisses et d'huiles, et s'attaquer aux causes à l'origine de ces salissures afin d'éviter les chutes.
- Une attention particulière sera portée tant au nettoyage des sanitaires et des vestiaires qu'à leur utilisation correcte.
- Il ne faut jamais utiliser d'oxygène pour nettoyer la poussière ou la saleté présente sur les vêtements de travail ou les outils, car cela peut provoquer des inflammations dues aux résidus de graisse ou à d'autres combustibles, ou créer des points d'inflammation potentiels.
- Il est également interdit d'utiliser de l'essence ou d'autres solvants pour le nettoyage, sauf si les caractéristiques du travail à effectuer le rendent indispensable. Dans ce cas, cela se fera avec l'accord de la hiérarchie et, le cas échéant, les mesures appropriées auront été prises, telles que l'interdiction de fumer, d'allumer des feux ou de produire des étincelles électriques, et la mise à disposition sur place d'un système d'extinction d'incendie adapté.

- Il incombe à chaque travailleur de veiller au maintien de l'ordre ainsi qu'à un niveau de propreté raisonnable sur son poste de travail.



7. ÉQUIPEMENTS DE PROTECTION INDIVIDUELLE

EPI : tout équipement destiné à être porté ou fixé par le travailleur afin de le protéger contre un ou plusieurs risques susceptibles de menacer sa sécurité et sa santé au travail, ainsi que tout complément ou accessoire destiné à cette fin

Caractéristiques des EPI

1. Ils doivent être adaptés aux risques contre lesquels ils sont censés protéger, sans présenter de risque supplémentaire.
2. Ils doivent être adaptés aux conditions existant sur le lieu de travail.
3. Ils doivent tenir compte des exigences ergonomiques et sanitaires du travailleur.
4. S'adapter au porteur après les réglages nécessaires.
5. La durée d'utilisation sera déterminée en fonction de la gravité du risque, de la fréquence d'exposition et des caractéristiques du poste de travail.

Le travailleur doit :

- Demander les informations relatives à l'utilisation et à l'entretien.
- Suivre correctement les instructions et veiller au bon entretien de l'équipement, en respectant les règles de nettoyage et de conservation.







8. RÈGLES GÉNÉRALES D' T DE SÉCURITÉ

Consignes générales de sécurité

1) Ne pas se mettre au travail dans un état physique déficient (maladie, fatigue ou somnolence excessive, abus d'alcool, etc.)
2) Avant de commencer à travailler, réfléchissez aux dangers potentiels liés à chaque tâche afin de vous en prémunir.
3) Vous ne devez pas utiliser de machines ni effectuer aucun type de travail pour lequel vous n'avez pas reçu de formation préalable et d'autorisation.
4) Ne te fais jamais d'illusions face à une machine ou à une tâche dangereuse, même si tu l'as déjà effectuée de nombreuses fois.
5) Ne faites jamais étalage de votre courage ni de blagues sur le travail auprès de vos collègues. Ne travaillez pas dans la précipitation lors de tâches dangereuses.
6) Si vous constatez une situation dangereuse présentant un risque grave et imminent pour votre vie ou votre santé, vous avez le droit d'interrompre l'activité et de quitter le lieu de travail. Signalez-le à votre supérieur afin qu'il prenne les mesures nécessaires pour garantir votre sécurité.
7) Utilisez les équipements de protection individuelle prévus pour le travail à effectuer.
8) Dès lors que l'entreprise estime que le niveau sonore dans une zone de travail donnée peut être nocif, le port d'une protection auditive est obligatoire.
9) Veillez au bon état des équipements de protection afin qu'ils remplissent la fonction pour laquelle ils ont été conçus.
10) Entretenez vos outils afin d'éviter toute blessure due à leur mauvais état.
11) Utilisez l'outil le plus adapté à chaque tâche à effectuer.
12) Si vous êtes témoin d'un accident, qu'il ait entraîné des blessures ou non, faites un rapport sincère à votre supérieur hiérarchique direct ou au service de prévention, afin que l'accident soit fait l'objet d'une enquête approfondie et qu'il puisse être évité à l'avenir.
13) Si, pour quelque raison que ce soit, vous êtes victime d'un accident, faites votre déclaration au service de prévention (y compris au médecin) dans les plus brefs délais.
14) Consultez la trousse de premiers secours si vous vous blessez, aussi minime que la blessure puisse paraître.
15) Respectez toujours rigoureusement les consignes de sécurité énoncées dans ce manuel.

Équipements de sécurité.

- La loi 31/95 relative à la prévention des risques professionnels et l'ordonnance générale sur la sécurité et l'hygiène au travail stipulent qu'il est illégal d'endommager ou de mettre hors service tout équipement destiné à la protection, à la sécurité et à la santé des employés. Par conséquent, nul ne doit modifier, retirer ou interférer de quelque manière que ce soit avec un équipement afin de le rendre inopérant.
- Aucun salarié, sauf si ses obligations l'exigent et après autorisation préalable, ne doit franchir les zones délimitées par des cordons de sécurité ni retirer les dispositifs de protection. Les équipements de sécurité doivent être correctement fixés, maintenus en bon état et ne doivent être ni touchés, ni « réparés », ni retirés. Lorsqu'il est nécessaire, pour effectuer un travail d'entretien, de retirer un dispositif de sécurité, le salarié chargé de cette tâche est tenu de le remettre en place avant de remettre la machine en service.
- Les personnes chargées de l'utilisation des machines veilleront à ce qu'aucune machine ne soit mise en marche sans que toutes les protections soient en place





et que les mesures nécessaires soient prises pour réparer immédiatement tout dispositif de protection en mauvais état.

- Toute personne s'apprêtant à mettre une machine en marche doit s'assurer que l'ensemble du personnel se trouvant à proximité a été averti et s'est éloigné.
- Les autres dispositifs de sécurité, tels que les couvercles, les garde-corps, les marches, etc., doivent toujours être en bon état et tout défaut doit être signalé immédiatement.
- Aucune opération de nettoyage ou de réparation ne doit être effectuée lorsque des éléments mobiles sont en fonctionnement.
- Lorsqu'il est nécessaire d'intervenir sur une machine, des entraînements ou tout élément en mouvement, il est obligatoire d'arrêter la machine, l'ensemble de machines ou les éléments de machine concernés, en s'assurant qu'ils ne puissent pas être remis en mouvement tant que le travail n'est pas terminé, que toutes les personnes se sont éloignées et qu'il n'existe aucun risque d'accident.



9. ÉQUIPEMENTS D' U TRAVAIL

OUTILS MANUELS

1. Choisissez et utilisez les outils en fonction du type de travail pour lequel ils ont été conçus, et non à d'autres fins.

2. Avant de commencer à travailler :

- Inspectez soigneusement les manches, les tranchants, les zones de fixation, les pièces mobiles, les éléments coupants et ceux susceptibles de projeter des débris.
- Assurez-vous que les têtes métalliques des outils ne présentent ni bavures ni fissures.
- Vérifiez que les outils de coupe et les arêtes tranchantes sont parfaitement affûtés.
- Utilisez des outils dotés de protections isolantes s'il existe un risque de contact électrique.
- Vérifiez que les mâchoires, les ouvertures et les bras des outils de serrage ne sont pas déformés.

3. Pendant et après le travail :

- Transportez les outils dans des étuis adaptés, et non en vrac dans vos poches.
- Gardez-les toujours propres et exempts de graisse, en bon état de fonctionnement et, le cas échéant, avec des manches bien fixés et sans fissures, arêtes vives ou éclats.
- Rangez les outils dans des endroits sûrs où ils ne gênent personne ; ne les laissez jamais sur des échelles, des endroits surélevés ou des passages, ni sur des pièces mobiles de machines susceptibles de se mettre en mouvement.

N'OUBLIEZ PAS : signalez à votre supérieur hiérarchique direct toute anomalie que vous constatez sur les outils à main.

OUTILS ÉLECTRIQUES MANUELS

1. Avant de commencer à travailler :

- Utilisez toujours un outil équipé d'une fiche de raccordement.
- Vérifiez régulièrement l'état des câbles et ne marchez jamais dessus ni ne laissez personne marcher dessus.
- Vérifiez que les outils sont mis à la terre (classe 1) s'ils sont dotés d'un boîtier métallique.
- Utilisez des outils à double isolation (classe 2) dans les environnements humides.
- Travaillez avec des tensions de sécurité (24 V - classe 3) dans des environnements très humides, mouillés ou conducteurs.
- Jetez les disques présentant des fissures ou d'autres défauts superficiels.
- Évitez d'utiliser des outils fonctionnant par coupe ou abrasion à proximité de travailleurs non protégés.
- Ne transportez pas l'outil suspendu par son câble.
- Évitez les projections d›eau.
- Évitez autant que possible l›utilisation de rallonges. Si cela s›avère indispensable, vous devez toujours brancher l›outil à la prise et le débrancher en commençant par la prise. Assurez-vous que la rallonge est équipée d›une borne de mise à la terre si l›outil en est muni.

2. Pendant le travail :

- Ne branchez jamais les câbles directement sur la prise, mais toujours via la fiche.
- Ne retirez jamais les protections des outils lorsque vous les utilisez.
- Débranchez l'outil pour changer d'accessoire et vérifiez qu'il est à l'arrêt.
- N'inclinez pas l'outil pour élargir l'ouverture pratiquée.
- Marquez les points d'attaque à l'aide d'un poinçon ou d'un burin avant de commencer l'opération de perçage.
- Évitez la surchauffe et la rupture de l›outil en contrôlant la durée de fonctionnement de la machine.

3. Après le travail :

- Débranchez toujours l'outil en tirant sur la fiche de la prise, et non sur le câble.
- Rangez les outils dans des endroits sûrs où ils ne gêneront personne. Ne les laissez jamais par terre, sur des escaliers, dans des endroits surélevés ou de passage, ni sur des parties mobiles de machines susceptibles de se mettre en mouvement.

N'OUBLIEZ PAS de signaler à votre supérieur hiérarchique direct toute anomalie que vous constatez sur les outils électriques à main.

CISEAUX – GUILLOTINE

Les **risques professionnels spécifiques** liés à leur utilisation sont les suivants :

- Coincement de la ou des mains dans les marteaux-pilon.
- Coupure et/ou amputation par coincement entre la lame et la table de travail.
- Coupures causées par les pièces à usiner.

Les coupures causées par les pièces sont dues à :

- Les pièces sont très fines.
- Les pièces présentent des bavures.
- Leur chute au cours du processus de production.

Pendant la découpe, les mesures préventives suivantes doivent être prises :

- S'assurer que les parois arrière et latérales sont bien poncées afin d'éviter qu'un troisième opérateur, étranger au processus de production, ne se blesse.
- Retirer les barres servant d'organe d'actionnement.
- Si le système de pédales est utilisé pour l'actionnement, il convient de le protéger contre tout actionnement intempestif.
- L'opérateur doit disposer d'un arrêt d'urgence facilement accessible.
- Une protection frontale empêchant l'accès aux rouleaux et à la lame, et ne laissant de l'espace que pour la tôle.

MEULEUSE

1. AVANT DE METTRE EN PLACE LA MEULE, VÉRIFIEZ :

- Le type de matériau à usiner et choisissez la meule en tenant compte de ce critère.
- La limite de vitesse indiquée sur la meule ; veillez à ce que le régime de la machine ne dépasse jamais celui indiqué sur la meule.
- Que la meule est identifiée en fonction de ses caractéristiques de fabrication et de ses conditions d'utilisation.
- L'état de la meule en effectuant un contrôle visuel, en vous assurant qu'elle ne présente aucune fissure ni aucun défaut.
- Vérifiez que la meule est équipée d'une douille métallique résistante sur son axe.

2. LORS DU MONTAGE DE LA MEULE :

- Assurez-vous que l'équipement est solidement fixé à l'établi ou au socle.
- Placez entre les meules et les plateaux de serrage des feuilles de papier buvard d'un diamètre égal à celui des plateaux de serrage.
- Serrez fermement l'écrou sur les plateaux et la meule, ni trop faiblement ni trop fortement.
- Vérifiez que le montage sur l'axe est correct, que la meule n'est ni cassée ni déséquilibrée sur l'axe, et qu'elle ne vibre pas lorsqu'elle tourne.
- Vérifiez que les protections recouvrent les deux côtés, l'arbre, l'écrou d'arbre et la périphérie de la meule, et qu'elles sont bien ajustées et fixées.
- Faites tourner la meule à la main une fois le montage terminé, et vérifiez qu'elle ne frotte nulle part.
- Laissez tourner la meule pendant au moins 1 minute avant de commencer à travailler et évitez la présence de toute personne dans la zone d'influence de l'ouverture du projecteur.

3. PENDANT LE MÉLIAGE :

- Portez toujours des lunettes de protection et évitez de porter des vêtements amples.
- Utilisez des gants de protection et maintenez les petites pièces à l'aide de tenailles ou de pinces.

- N'exercez pas une pression excessive sur la pièce, cela pourrait provoquer la rupture de la meule.
- N'utilisez pas les bords de la meule pour affûter des outils ou autres objets, si la meule n'est pas prévue à cet effet.
- Placez la pièce à usiner en contact avec la meule dans un plan horizontal, en passant par le centre de celle-ci.
- Débranchez la machine une fois le travail terminé

4. POUR LES CONSERVER DANS DE BONNES CONDITIONS :

- Conservez-les en position verticale, sans les empiler les uns sur les autres.
- Stockez-les dans des endroits exempts d'eau, de graisses ou de solvants.
- Ne stockez pas les meules abrasives à des températures extrêmement basses.
- Manipulez-les avec précaution, évitez toujours les chocs et les chutes.

TOUJOURS : SIGNALEZ À VOTRE SUPÉRIEUR IMMÉDIAT TOUT DYSFONCTIONNEMENT QUE VOUS CONSTATEZ SUR LA MEULEUSE.

FRAISEUSE

1) La pince, le plateau ou le dispositif de serrage doit être solidement fixé à la table de la fraiseuse.
2) La pièce à fraiser doit être solidement fixée au dispositif de serrage.
3) La fraise doit être placée sur son axe et solidement fixée.
4) La table de la machine doit être libre de tout obstacle pour permettre son déplacement ; seule la pièce à fraiser doit se trouver sur la table.
5) Pendant le fraisage, les mains de l'opérateur doivent rester à l'écart de la table.
6) Lorsque la table de la fraiseuse est soumise à un mouvement en cycle automatique, il est interdit de poser les mains dessus.
7) Toute inspection de la pièce en cours d'usinage ou tout affûtage d'outils doit être effectué avec des lunettes de sécurité.

SCIE

Les risques spécifiques liés à l'équipement de travail et découlant de son utilisation sont les suivants :

- Chute du ruban de coupe.
- Rupture soudaine de la bande de coupe avec projection de celle-ci.
- Projection de particules ou de liquide de refroidissement.
- Contact avec la bande dans la zone de fonctionnement.
- Contact et écrasement par des éléments mobiles.
- Chute de pièces.

Pendant le sciage, les mesures préventives suivantes doivent être prises :

- La partie inactive de la bande doit être protégée par un capot réglable et son utilisation doit être signalée.
- Tout le parcours de la bande doit rester entièrement protégé, en ne laissant à découvert que la partie de la bande strictement nécessaire à la coupe.
- Un arrêt d'urgence doit être accessible.
- Si le travail à effectuer nécessite un éclairage localisé intense, il convient d'utiliser un projecteur orientable.



PERCEUSE À COLONNE OU VERTICALE

1) La table de travail et le bras doivent être bloqués lorsque la perceuse est à l'arrêt.
2) De même, la tête de perçage sera bloquée s'il s'agit d'une perceuse d'établi.
3) Le dispositif de serrage, qu'il s'agisse d'une vis ou d'une pince, doit être solidement fixé à la table.
4) La pièce à percer doit être solidement maintenue par le dispositif de serrage et ne doit jamais être tenue à la main. S'il s'agit d'une petite pièce, elle sera maintenue à l'aide d'une pince.
5) Le foret sera parfaitement fixé au porte-outil, pourra tourner et se déplacer librement, et la clé de serrage aura été retirée.
6) Seule la pièce à percer se trouvera sur la table.
7) Lorsqu'il est nécessaire de limer ou d'ajuster manuellement les bavures présentes dans un trou ou sur ses bords, cette opération sera effectuée avec la perceuse à l'arrêt.



10. APPAREILS D' T DE LEVAGE

TRANSPALETTES

1. N'utilisez le transpalette que si vous y êtes autorisé par l'entreprise.
2. Respectez et utilisez tous les dispositifs de protection.
3. Ne surchargez jamais le transpalette ; respectez la charge maximale fixée par le fabricant.
4. Utilisez le transpalette uniquement et exclusivement pour les tâches correspondant à sa nature et à sa conception.
5. Ne transportez ni ne soulevez pas de personnes, que le transpalette soit chargé ou à vide.
6. Ne manipulez pas le transpalette avec les mains ou des chaussures humides ou graisseuses.
7. Respectez les itinéraires et les règles de circulation établis par l'entreprise.
8. N'empruntez pas les passerelles, ascenseurs, monte-charges, etc. sans vous être assuré qu'ils supportent le poids et le volume du transpalette et/ou de sa charge.
9. Si vous constatez une anomalie ou un dysfonctionnement, signalez-le immédiatement à votre supérieur hiérarchique et, le cas échéant, signalez la panne et l'interdiction d'utiliser le transpalette.

TOUJOURS : signalez à votre supérieur hiérarchique direct toute anomalie que vous constatez sur le transpalette



CHARIOTS ÉLÉVATEURS

1. Ne conduisez le chariot élévateur que si vous y êtes autorisé par l'entreprise.
2. Inspectez quotidiennement les principaux éléments de sécurité avant d'utiliser le chariot élévateur.
3. Réglez le siège avant de commencer à travailler.
4. Vérifiez et respectez la charge nominale ainsi que la longueur des fourches.
5. Limitez la taille de la charge afin de bénéficier d'une bonne visibilité.
6. Assurez-vous que la charge est stabilisée, en utilisant des dispositifs de fixation si nécessaire.
7. Inclinez le mât vers l'arrière une fois la charge ramassée.
8. Roulez lentement, à une vitesse maximale de 10 km/h à l'intérieur et de 20 km/h à l'extérieur.
9. Roulez avec les fourches abaissées, à environ 15 cm du sol.
10. Ne laissez personne monter à vos côtés ou sur les fourches.
11. Ne vous penchez pas hors de la cabine et soyez particulièrement vigilant lors des manœuvres en marche arrière.
12. Arrêtez-vous aux carrefours si la visibilité est réduite et utilisez le klaxon si nécessaire.
13. Dans les pentes descendantes et avec une charge, roulez toujours en marche arrière en regardant dans le sens de la marche.
14. N'arrêtez pas le chariot ni dans les allées ni sur les voies de circulation.



ÉLINGUES, CROCHETS ET CHAÎNES



- Utilisez toujours des élingues « marquées », parfaitement identifiées (charge maximale d'utilisation
- -CMU-, matériau de fabrication, nom du fabricant, année et mois de fabrication).
- Choisissez les élingues en fonction du type de manœuvre à effectuer.
- Elles ne doivent pas présenter de boucles, de nœuds, de parties écrasées, de torsions, etc.
- Les positionner correctement, de manière à ce que la charge soit stable et équilibrée, bien répartie entre les brins, en tendant progressivement les élingues.
- Ne pas les surcharger.
- Placer l'élingue au fond de la courbure du crochet et non à son extrémité.
- Ne pas croiser les câbles de deux brins d'élingues différentes sur le crochet de fixation afin d'éviter la compression de l'un d'entre eux.
- Si l'angle formé par les branches entre elles dépasse 90°, il convient d'utiliser des élingues plus longues ou des axes transversaux (portiques).
- Ne rien faire glisser sur les élingues, ni les laisser coincées contre les charges.
- Pendant l'utilisation, protéger les élingues du contact avec des arêtes vives, en intercalant, si possible, des morceaux de bois, des cornières ou d'autres protections.
- Pour déplacer une élingue, il faut la dégager suffisamment pour pouvoir la déplacer sans qu'elle frotte contre la charge.
- Ne jamais tenter de déplacer une élingue en se plaçant sous la charge.
- Ne pas soulever les charges brusquement.

ENTRETIEN/CONSERVATION

- Conservez-les dans des conditions appropriées, en évitant que des éléments tels que le sable, la poussière, le gravier, les graisses, etc. ne s'y déposent ou ne s'y incrustent.
- Les conserver dans des endroits secs et couverts.
- Les inspecter régulièrement dans leur intégralité et de préférence avant chaque manœuvre.

- Mettre au rebut/ne plus utiliser celles qui présentent l'une des anomalies suivantes :
  - Raccord ou collier de serrage endommagé.
  - Usure particulièrement importante.
  - Rupture de filaments.
  - Écorchures, torsions et pliures.
  - Traces de corrosion.
  - Écrasement.

CROCHETS

- Ils doivent être en parfait état, sans aucune déformation.
- Si le crochet est mobile, il doit être bien graissé afin de tourner librement.
- Ne pas surcharger les crochets.
- Ils doivent être équipés d'un protège-câble et d'un loquet de sécurité. Il faut vérifier qu'ils fonctionnent parfaitement.
- N'utilisez jamais un crochet en « S », car il peut s'ouvrir et provoquer la chute de la charge.
- Les élingues doivent être placées sur la partie la plus épaisse du crochet.
- Un crochet ouvert ou tordu doit être mis au rebut.



CHAÎNES

- Elles doivent être correctement « marquées » afin d'en identifier les caractéristiques.
- Il faut éviter de les utiliser à des températures très basses, car cela augmente leur fragilité.
- Il convient de vérifier régulièrement leur bon état, maillon par maillon.

- Les chaînes dont le diamètre a diminué, ou qui présentent un maillon tordu, écrasé, étiré ou ouvert, doivent être retirées.
- Il est recommandé que la liaison entre le crochet de levage et la chaîne soit réalisée à l'aide d'un anneau.
- Elles ne doivent jamais être placées sur la pointe du crochet ni directement sur sa gorge.
- Sous charge, la chaîne doit être parfaitement droite et tendue, sans nœuds.
- Elles doivent être protégées contre les arêtes vives.
- Pendant le levage, la descente ou le transport, il faut éviter les mouvements brusques de la charge.
- Il faut éviter de les traîner sur le sol ou de les y déposer, car outre la détérioration mécanique, elles sont exposées aux effets des scories, de la poussière, de l'humidité et des agents chimiques.
- Les chaînes installées sur les équipements de levage doivent être correctement graissées afin d'éviter la corrosion qui réduit leur résistance et leur durée de vie.

TOUJOURS : signalez à votre supérieur hiérarchique direct toute anomalie que vous constatez sur ces équipements de levage.

PONTS ROULANTS

MESURES DE PRÉVENTION GÉNÉRALES :

- Veillez à ce que les voies de circulation soient balisées et exemptes d'obstacles.
- Accompagner la charge tout au long de son déplacement.
- Ne jamais monter sur la charge pendant le transport.
- Ne pas laisser de charges suspendues sans surveillance.
- Vérifier que les accessoires de levage et d'élingage sont en parfait état et adaptés à la charge.
- Ne pas utiliser le pont roulant pour soulever des personnes.
- Signaler au responsable toute anomalie constatée sur le pont roulant.

AVANT DE COMMENCER LA JOURNÉE DE TRAVAIL :

SUR LE PONT ROULANT

- S'assurer que toutes les commandes du pont roulant sont en « point zéro » avant d'enclencher l'interrupteur général.
- Vérifier le bon fonctionnement de tous les mouvements du pont roulant et effectuer un freinage d'essai pour chacun d'entre eux.
- Vérifier le bon fonctionnement de tous les dispositifs de sécurité du pont roulant : butées, fins de course, câbles en acier, etc.

IL FAUT TOUJOURS SIGNALER À SON SUPÉRIEUR IMMÉDIAT TOUTE ANOMALIE CONSTATÉE SUR LA GRUE.



SUR LES ÉLÉMENTS AUXILIAIRES DE LA GRUE

Élingues et sangles :

- Elles doivent être positionnées de manière à ce que la charge soit stable et équilibrée.
- Il est recommandé que l'angle qu'ils forment entre eux ne dépasse pas 90° et, en tout état de cause, ne dépasse JAMAIS 120°.
- Ils ne doivent présenter ni boucles, ni nœuds, ni parties écrasées, ni torsions, etc.

CROCHETS :

- Ne pas surcharger les crochets.
- Ils doivent être équipés d'un protège-câble et d'un loquet de sécurité.
- Les élingues doivent être fixées sur la partie la plus épaisse du crochet.

LORS DE L'ARRIMAGE DES CHARGES

- Connaître le poids de la charge à soulever.
- Connaître le poids maximal que notre équipement est capable de supporter.
- Si la charge à soulever présente des arêtes ou des bords coupants, protéger les élingues et les sangles avec du caoutchouc ou du bois tendre afin d'éviter qu'elles ne se rompent sous l'effet du frottement.

AVANT DE DONNER L'ORDRE DE MANŒUVRE

- Vérifier qu'aucune personne ne se trouve dans la zone de manœuvre.
- Vérifier qu'il n'y a pas d'éléments détachés sur la charge qui pourraient tomber lors du levage.
- Que le crochet de la grue est à l'horizontale et centré sur la charge.

LORS DU LEVAGE ET DU DÉPLACEMENT DE LA CHARGE LORS DU LEVAGE DE LA CHARGE :

- Hisser les charges verticalement, jamais en oblique, afin d'éviter tout balancement.
- Les charges doivent être levées et abaissées en douceur, en évitant les démarrages et les arrêts brusques.
- Vérifier au niveau du sol l'équilibre de la charge suspendue avant de la hisser.



LORS DU DÉPLACEMENT DE LA CHARGE :

- Ne pas transporter les charges au-dessus du personnel. Si cela s'avère inévitable, avertir les personnes présentes afin qu'elles s'écartent pendant toute la durée de l'opération.
- Ne jamais quitter une grue en laissant la charge suspendue.
- Si la grue fonctionne à vide, relever le crochet suffisamment haut pour qu'il passe librement au-dessus des personnes et des objets.
- Ne pas dérouler complètement le câble du tambour ; laisser deux spires.
- Ne jamais manœuvrer en marche arrière.
- Remettre les commandes à zéro.
- Attendre que la charge cesse de bouger.
- Engager la marche arrière UNE FOIS LES MANŒUVRES TERMINÉES.
- Déposer les charges sur des cales afin de pouvoir retirer les sangles sans les soumettre à des frottements au sol.

À LA FIN DE CHAQUE JOURNÉE DE TRAVAIL :

- Remettre les interrupteurs des commandes à zéro.
- Couper l'interrupteur principal.
- Laisser la grue freinée.





11. SOUDURE

Les mesures de prévention détaillées ci-dessous concernent les types de soudage les plus couramment utilisés, à savoir :

- Soudage électrique.
- Soudage à l'oxyacétylène.

SOUDAGE ÉLECTRIQUE

1. Le câble de raccordement de l'équipement de soudage électrique doit être en bon état. Le raccordement du câble doit être effectué à l'aide d'une pince isolée et les bornes du transformateur doivent être isolées.
2. Le courant de la machine doit être coupé lors de toute interruption prolongée du travail.
3. La machine à souder doit être placée sur une surface exempte de câbles afin d'éviter que la tension ne soit transmise si elle venait à reposer sur un câble endommagé.
4. S'il faut souder une pièce suspendue à une grue, un isolant intermédiaire sera placé entre la pièce et le crochet de la grue.
5. À la fin du travail et si la machine doit être déplacée vers un autre endroit, elle sera débranchée du réseau, de même que lors des travaux de réparation ou de nettoyage. Les câbles doivent être enroulés.
6. Le soudeur doit utiliser un écran de protection contre les rayonnements, des gants en cuir, un tablier en cuir et des bottes de sécurité.
7. Les travaux de soudage sont interdits sur des récipients contenant ou ayant contenu des matières inflammables ou volatiles, sans qu'ils aient été préalablement nettoyés et dégazés à la vapeur.
8. Lorsque le soudage est effectué dans un lieu clos, le soudeur ne doit pas travailler seul et doit disposer d'un renouvellement d'air.
9. Avant chaque intervention, le soudeur doit vérifier que l'équipement de soudage est en état de marche et en informer son supérieur hiérarchique afin qu'il soit réparé si ce n'est pas le cas.



SOUDAGE À L'OXYACÉTYLÈNE

1. Les bouteilles doivent être conservées en position verticale et ne doivent pas être utilisées à des fins autres que celles pour lesquelles elles ont été conçues.
2. Les bouteilles doivent être maintenues propres et ne doivent jamais être graissées, ni au niveau du filetage ni au niveau de la valve ; elles ne doivent pas être manipulées avec des gants ou des chiffons graissés.
3. L'ouverture des robinets s'effectuera lentement et en douceur, et ceux-ci seront refermés de la même manière à la fin de chaque intervention.
4. Le transport et l'utilisation de la paire de bouteilles s'effectueront sur un chariot, les bouteilles étant maintenues et en position verticale à tout moment.
5. Les tuyaux doivent rester reliés entre eux et ne comporter aucun raccord.
6. L'allumage du chalumeau s'effectuera de la manière suivante :
   - Ouvrir légèrement la vanne d'oxygène du chalumeau.
   - Ouvrir complètement la vanne d'acétylène du chalumeau.
   - Allumer le mélange et régler la flamme.
   - Si, à un moment quelconque, un retour de flamme est constaté, fermer rapidement les vannes du chalumeau et des bouteilles, en commençant par la vanne d'oxygène, puis celles d'acétylène. Si des signes d'échauffement interne de la bouteille sont constatés, fermer la vanne, si possible, et asperger la bouteille entièrement avec de l'eau.
7. À la fin d'un travail, la fermeture s'effectuera dans cet ordre : acétylène puis oxygène.
8. Tous les composants de l'équipement seront vérifiés périodiquement, et ceux qui ne répondent pas aux conditions de fonctionnement seront remplacés.



12. MANUTENTION MANUELLE D S CHARGES

La manutention manuelle de charges est la principale cause de douleurs et de lésions dorsolombaires qui, en plus d'être très douloureuses et gênantes pour le travailleur, entraînent de nombreux arrêts de travail et des troubles à long terme. Pour éviter d'éventuelles blessures, il convient de tenir compte des aspects suivants.

1) La technique appropriée pour éviter toute blessure lombaire lors du levage manuel d'une charge est la suivante :
   - Écarter les pieds.
   - Fléchir les genoux en s'accroupissant et garder le dos droit.
   - Saisir l'objet avec la paume de la main et le rapprocher du corps.
   - Soulever la charge en gardant le dos droit et bien aligné.
2) Si le levage doit être effectué au-dessus de la taille, il est conseillé de le faire en deux temps. D'abord jusqu'à une hauteur intermédiaire, puis jusqu'à sa destination finale.
3) Pendant le levage, il ne faut pas tourner la taille ; il vaut mieux tourner tout le corps en déplaçant les pieds.
4) En cas de levage ou de transport en groupe, une seule personne dirigera la manœuvre.
5) Dans le cas de matériaux longs et lourds, ceux-ci seront portés sur les épaules de plusieurs personnes, toutes du même côté. Les extrémités ne doivent pas pendre, mais resteront aussi près que possible des porteurs de tête et de queue.
6) La limite recommandée pour le déplacement manuel d'une charge par un homme moyen en bonne santé, sans risque pour la santé, est fixée à 40 kg pour les manipulations occasionnelles et à 25 kg pour les manipulations fréquentes.



13. NETTOYAGE

Les principaux risques liés aux travaux de nettoyage sont les suivants :

- Chutes de personnes entre différents niveaux
- Chutes de personnes au même niveau
- Chocs contre des objets et du mobilier
- Coupures causées par des objets
- Blessures musculaires (surmenage)
- Contact électrique
- Brûlures causées par des produits chimiques
- Contact avec des substances caustiques ou corrosives

MESURES DE PRÉVENTION

Concernant les chutes de hauteur

Si vous devez nettoyer des étagères ou des objets en hauteur, ne montez pas sur des cartons, des chaises ou tout autre objet instable. Nettoyez uniquement les zones à portée de main ou à l'aide de rallonges.

L'utilisation d'échelles à ciseaux est strictement interdite.

Chutes au même niveau et chocs contre des objets et du mobilier

Les chutes, les glissades et les trébuchements constituent la cause la plus fréquente d'accidents dans le secteur du nettoyage, entraînant des fractures, des entorses, etc.

Une grande partie de ces accidents peut être évitée en prenant les mesures préventives appropriées.

Montez et descendez les escaliers calmement, sans précipitation, une marche à la fois, et non pas deux par deux.

Nettoyez immédiatement les liquides renversés.

Signalez et signalez toute situation susceptible de provoquer la chute d'un collègue.

Faites preuve d'une extrême prudence lors du nettoyage des escaliers, en les séchant autant que possible.

Faites preuve d'une extrême prudence sur les sols cirés et/ou humides ; portez des chaussures plates à semelles antidérapantes.

Commencez à nettoyer par la partie opposée à la sortie du local afin de ne pas marcher sur le sol mouillé.

Essorez correctement la serpillière pour éviter la formation de flaques ou de zones très humides.

Les bords relevés des tapis doivent être remis à plat.

Veillez à ce que la zone de passage soit libre de tout obstacle ; les ustensiles doivent être rangés.

Dégager les couloirs et les lieux de passage.

Ne pas laisser de câbles d'alimentation, de matériel électrique, etc., dans les zones de passage.

Veillez à maintenir le câble derrière la machine. Évitez que le câble ne soit tendu à hauteur des genoux.

En cas de pause (prolongée), débranchez et rangez la machine, en retirant les câbles de la zone de passage.

Coupes avec des objets

Pour vider les papiers, versez-les dans le sac ; ne mettez jamais la main à l'intérieur.

Saisissez le sac poubelle par le nœud et ne le rapprochez pas de votre corps (il pourrait contenir des objets pointus).

Ne pas tasser les sacs.

Efforts excessifs

La manutention manuelle de charges est très fréquente dans le secteur du nettoyage : manipulation de poubelles, de sacs poubelles, transport manuel de machines (rotatives), de produits, de matériel (outils de travail, escabeaux, seaux), déplacement de meubles ou d'objets, etc.

De plus, vous serez souvent contraint de fournir des efforts dans des postures de travail statiques ou d'adopter des postures forcées et inconfortables pour les bras et le dos. Vous devrez souvent effectuer des changements de posture rapides et répétés. Vous devrez également vous accroupir, vous mettre à genoux, travailler le dos droit ou courbé, en fonction de l'espace dont vous disposez.

Lors de la manutention manuelle de charges, la position du corps doit respecter les principes suivants :

- Les pieds bien à plat et légèrement écartés.
- Maintenir la charge près du corps.
- Garder le dos droit.
- Tenir fermement l'objet, en conservant cette position pendant le chargement et le transport.
- Fléchir les genoux pour soulever la charge.
- Tourner tout le corps pour changer de direction pendant le transport.
- Éviter de rester trop longtemps dans la même posture.
- Avant de soulever la charge, évaluez son poids.
- Il est préférable de pousser un objet plutôt que de le tirer.
- Ne restez pas les bras levés au-dessus des épaules pendant trop longtemps.
- Prévoyez des pauses lors des tâches qui exigent un effort physique important ou une posture contrainte.
- Adoptez de bons gestes et de bonnes postures (jambes légèrement écartées, épaules aussi basses que possible, travaillez à une hauteur adaptée à votre taille).
- Lorsque vous saisissez la serpillière, le balai, etc., vos mains doivent se trouver entre la hauteur de la poitrine et celle des hanches.
- Lorsque vous balayez, ne bougez que les bras, pas la taille, et maintenez la brosse aussi près que possible de vos pieds.
- Lorsque vous passez l'aspirateur, gardez le dos bien droit.
- Si vous devez nettoyer sous une table ou un autre meuble, ne penchez pas le dos : la bonne méthode consiste à poser un genou au sol. Si, même dans cette position, vous devez courber le dos, posez alors votre main libre sur le genou ou au sol pour alléger le poids.

Prises électriques

- Évitez de nettoyer tout appareil branché sur le secteur avec des sprays ou des liquides, sauf s'ils sont adaptés à cet usage.
- N'actionnez pas les interrupteurs, les prises et les connecteurs électriques avec les mains mouillées ou en marchant sur un sol humide.
- Ne passez pas la serpillière sur les multiprises : bases multiples connectées.
- Utilisez des équipements portant le marquage CE

- Si vous constatez une anomalie sur un appareil (câbles dénudés, fonctionnement anormal, etc.), prévenez le responsable.
- Ne débranchez pas les appareils en tirant sur le câble. Tirez sur la fiche tout en maintenant la prise murale de l'autre main.
- Utilisez toujours des fiches et des adaptateurs pour brancher les appareils électriques.
- Ne pas éteindre un incendie avec de l'eau si celui-ci est d'origine électrique.
- Ne surchargez pas les circuits en branchant plusieurs prises sur une même prise murale.
- Utilisez des fiches et des adaptateurs pour brancher les appareils électriques. Il convient de vérifier quotidiennement le câble de la machine.
- Les bricolages sont interdits. Ne réparez et ne remplacez jamais
- un câble défectueux.
- Une fois le travail terminé, la machine doit être rangée correctement, en enroulant soigneusement le câble.

Brûlures chimiques (brûlures causées par des produits chimiques)

Ne jamais mélanger des produits chimiques, car leur mélange peut produire des substances toxiques encore plus dangereuses. Ex. : ne pas mélanger l'eau de Javel et l'ammoniaque.

- Utilisez correctement les équipements de protection individuelle ; par exemple, portez des gants et des lunettes de protection lorsque vous manipulez des produits corrosifs et caustiques. Avec les produits irritants, portez également un masque.
- Ne pas retirer les bouchons avec la bouche ni en forçant sur les récipients.
- Contact avec des substances caustiques et/ou corrosives
- De nombreux produits chimiques sont utilisés lors des travaux de nettoyage. Il s'agit de substances qui peuvent s'avérer dangereuses, car elles peuvent provoquer des incendies ou mettre en danger votre santé et l'environnement. Vous devez donc apprendre à les connaître et vous tenir informé des risques qu'elles comportent.
- Connaître les caractéristiques et les risques d'un produit avant de l'utiliser.
- Disposez des fiches de données de sécurité des produits fournies par le fabricant ou le distributeur (RD 363/1995).
- Exigez que les emballages soient étiquetés et n'utilisez pas d'emballages pouvant prêter à confusion quant à leur contenu.
- Utilisez correctement les équipements de protection individuelle ; par exemple, portez des gants et des lunettes de protection lorsque vous manipulez des produits corrosifs et caustiques.

- Si un produit de nettoyage pénètre à l'intérieur d'un gant, lavez-vous les mains et changez de gants.
- Lavez-vous fréquemment les mains avant et après les tâches ; le port de gants ne dispense pas de cette obligation.
- Ne mélangez jamais de produits chimiques, car leur mélange peut produire des substances toxiques encore plus dangereuses. Ex. : mélanger de l'eau de Javel avec de l'ammoniaque.
- Respectez scrupuleusement les instructions du fabricant concernant l'utilisation des produits d'entretien ; celles-ci figurent sur l'étiquette ou dans les fiches techniques du produit.
- Jetez les produits dont l'étiquette est manquante ; conservez toujours l'étiquette sur l'emballage.
- Effectuez les transvasements lentement et dans des pièces bien aérées.
- Ne pas transvaser un produit dans un flacon ou une bouteille à usage alimentaire, ni dans un récipient non étiqueté.
- Ne pas retirer les bouchons avec la bouche ni en forçant sur les récipients.
- Utilisez des récipients d'origine ou correctement étiquetés, ne prêtant à aucune confusion.

INFORMATIONS FIGURANT SUR L'ÉTIQUETTE

- Nom de la substance et concentration
- Nom et adresse du fabricant, du conditionneur, du distributeur et de l'importateur
- Pictogramme (dessin) indiquant le danger
- Risques spécifiques liés aux substances (phrases R)
- Conseils de prudence (phrases S)



14. ÉCRANS D'AFFICHAGE DES DONNÉES (PVD)

Les principaux problèmes liés à l'utilisation courante de ces équipements sont les suivants :

- Fatigue visuelle
- Troubles musculo-squelettiques
- Fatigue mentale

Bon nombre de ces problèmes visuels sont souvent liés aux limites des écrans d'affichage et/ou à leur mauvaise utilisation, à une mauvaise définition de l'image, à la lecture fréquente de textes à l'écran, à des scintillements gênants, à la présence de reflets, etc.

Ces reflets peuvent provoquer des éblouissements sur l'écran si le système d'éclairage n'est pas correctement réglé. Ils contribuent ainsi à accroître la fatigue visuelle de l'utilisateur et à l'apparition de gênes visuelles. Les troubles musculo-squelettiques sont souvent associés au maintien de postures statiques prolongées (fréquentes dans ce type de postes) associées à l'adoption de mauvaises postures. Les mouvements répétitifs dus à l'utilisation habituelle et intensive du clavier et de la « souris » peuvent également contribuer à l'apparition de ces troubles.

La fatigue mentale peut être causée, entre autres, par des difficultés à maîtriser les applications informatiques ou les logiciels, ainsi que par le rythme de travail.



Mesures préventives

En général, le bureau ou la surface sur laquelle est posé l'écran doit avoir une profondeur suffisante pour permettre à l'utilisateur de le placer à la distance de ses yeux qui lui semble la plus confortable. Si ce réglage n'est pas possible, la distance entre l'écran et les yeux de l'opérateur doit être d'au moins 40 cm.

Pour prévenir la fatigue visuelle :

- Orientez l'écran de manière à éviter les reflets gênants.
- Orientez votre poste de travail de manière à ce qu'il soit parallèle aux fenêtres.
- Utilisez correctement les rideaux ou les stores en fonction de l'heure de la journée afin d'obtenir un éclairage agréable.
- Placez l'écran à la distance de vos yeux qui vous semble la plus confortable, en particulier pour la lecture de documents.
- Faites régulièrement de petites pauses pour prévenir la fatigue oculaire et, si possible, alternez le travail à l'écran avec d'autres tâches moins exigeantes pour les yeux.

Pour prévenir les troubles musculo-squelettiques :

- Réglez correctement la hauteur du siège, de manière à ce que vos coudes se trouvent approximativement à la hauteur du plan de travail.
- Asseyez-vous de manière à ce que votre dos reste en contact avec le dossier du siège.
- Réglez la hauteur du dossier de votre chaise de bureau et ajustez-le de manière à ce que la légère protubérance du dossier se trouve à la hauteur de la région lombaire (la courbure naturelle de la colonne vertébrale dans le bas du dos).
- Rapprochez la chaise de la table de travail de manière à ne pas avoir à pencher le torse vers l'avant.
- Placez le clavier de manière à laisser un espace libre devant celui-ci sur le bureau, qui vous servira de repose-poignets.

Pour prévenir la fatigue mentale :

- Essayez d'effectuer des tâches variées ou d'alterner avec d'autres tâches qui ne nécessitent pas l'utilisation d'un écran.

15. ÉLECTRICITÉ

Consignes pour les travaux en basse tension (moins de 1 000 volts)

1) Les installations électriques de l'entreprise et les machines-outils doivent être équipées d'une mise à la terre.
2) Les armoires destinées à la protection et au contrôle des installations doivent être fermées et toute intervention sur les armoires et le reste des installations électriques doit être effectuée par l'équipe de maintenance électrique.
3) Aucun matériau inflammable ne doit être entreposé à proximité des armoires électriques.
4) La manipulation des dispositifs électriques doit s'effectuer sur des sols secs ou, à défaut, sur des plates-formes isolantes.
5) Les outils destinés à la manipulation des circuits électriques doivent être équipés de manches isolants.
6) Les branchements électriques ne doivent pas être effectués en insérant directement les câbles dans la prise femelle.
7) Il faut éviter que les câbles soient écrasés par des véhicules, surtout si le sol présente des aspérités.
8) En cas d'étincelles, de fumée, d'odeur de brûlé, de surchauffe visible sur une partie du circuit, de fourmillements dus à une électrocution ou de panne électrique, la première chose à faire est de couper le courant à l'aide de l'interrupteur ou du disjoncteur. Il faudra ensuite appeler un spécialiste et, en attendant son arrivée, l'utilisateur veillera à ce qu'aucune autre personne ne rétablisse le courant.
9) Si une personne est électrocutée, la première chose à faire est de couper le courant, puis de lui porter secours. Si vous constatez qu'il est impossible de couper le courant ou que cette option prend trop de temps, éloignez la victime du point de contact, jamais avec les mains mais à l'aide d'un matériau isolant (planche de bois sec, chaise en bois) et depuis la plus grande distance possible.

16. SIGNALISATION SUR LES LIEUX D' U DE TRAVAIL



La signalisation est une mesure d'information qui, à l'aide d'images et de signaux sonores, indique et avertit :

- Le risque d'accident.
- L'emplacement des équipements et des moyens de protection et d'urgence.
- Les voies d'évacuation.
- Les obligations en matière de sécurité
- Les interdictions







17. MESURES D'URGENCE ET D' S INCENDIES

RÈGLES DE BASE À SUIVRE EN CAS D'URGENCE

Le plan d'urgence a pour objectif d'exposer les règles à suivre en cas d'incident ou de situation d'urgence dans les locaux.

L'objectif est de mettre en place une organisation à la fois fonctionnelle et réactive face aux situations d'urgence susceptibles de se présenter.

Compte tenu de l'importance capitale de pouvoir intervenir et maîtriser la situation le plus rapidement possible, en particulier dans les premiers instants suivant la survenue d'un incident ou d'une situation d'urgence, il est demandé à l'ensemble du personnel d'accorder la plus grande attention aux règles établies.

INFORMATIONS RELATIVES AU PLAN D'URGENCE

À titre d'information générale, ces informations seront affichées dans des endroits où elles pourront être vues par le plus grand nombre en cas d'incendie.

Si vous détectez un incendie :

- Signalez l'urgence au responsable.
- Si vous ne parvenez pas à communiquer, composez le 112.
- Si vous êtes formé et que l'intervention ne présente aucun danger, essayez d'éteindre le feu. Si vous n'y parvenez pas, évacuez les lieux en fermant les portes et les fenêtres si l'ampleur de l'incendie le permet.
- N'oubliez pas que, en cas d'urgence, la priorité absolue est de protéger les vies humaines. Toutes les interventions visant à sauver du matériel ou des installations doivent être menées en respectant les mesures de sécurité maximales, afin de ne pas exposer les personnes chargées de gérer l'urgence à un risque inutile.

Si vous êtes pris au piège par le feu :

- Rampez, retenez votre respiration et fermez les yeux dès que vous le pouvez.
- Fermez les portes entre vous et la fumée.
- Bouchez les interstices autour des portes et des ouvertures à l'aide de chiffons.
- Mouillez-les si vous disposez d'eau à proximité.
- Signalez votre position depuis la fenêtre et, si vous trouvez un téléphone, appelez le 112.

En cas d'évacuation

Si le signal d'évacuation se déclenche :

- Fermez les tiroirs, les placards et les portes du bâtiment lorsque tout le monde est sorti.
- Débranchez les appareils que vous utilisiez avant de partir.
- Quittez immédiatement les lieux.
- Gardez votre calme et ne vous arrêtez pas au niveau des sorties.
- Empruntez les voies d'évacuation prévues à cet effet.
- Si vous êtes entouré de fumée, accroupissez-vous et rampez.
- Fermez les portes que vous franchissez.
- Suivez les instructions du personnel désigné.
- Ne rentrez en aucun cas dans le bâtiment.
- N'empruntez pas les escaliers ou les couloirs envahis par la fumée.
- N'utilisez pas les ascenseurs pour évacuer le bâtiment.
- Si vous devez ouvrir une porte, vérifiez qu'elle n'est pas chaude.
- Si c'est le cas, ne l'ouvrez pas.
- Rendez-vous aux issues de secours correspondant à la zone où vous vous trouvez.
- Une fois à l'extérieur, rendez-vous au point de rassemblement prévu.

En cas d'accident

En cas d'accident grave :

- Restez calme.
- Évaluez la situation avant d'agir.
- Examinez attentivement la victime sans la toucher inutilement.
- Agissez rapidement, mais sans précipitation.
- Ne déplacez pas une victime sans savoir au préalable de quoi elle souffre.
- Ne donnez jamais à boire à une personne inconsciente.
- Ne le laissez pas prendre froid.

Consignes particulières

Victime en feu :

- Le recouvrir d'une couverture ou d'une veste.
- Le refroidir avec de l'eau. Ne pas retirer ses vêtements.

QUELQUES RÈGLES DE PRÉVENTION DES INCENDIES :

- Maintenir le lieu de travail propre et rangé, car des papiers, cartons, copeaux, déversements, etc. peuvent s'accumuler et constituer des sources d'inflammation.
- Ne pas obstruer les extincteurs, les bouches d'incendie, les issues de secours ou les tableaux électriques avec des matériaux entreposés...
- Veiller à ce que les couloirs, les voies de circulation, les entrées et les sorties restent dégagés à tout moment.
- Respecter le panneau « INTERDICTION DE FUMER » dans les zones où il est signalé. Ne pas jeter les mégots n'importe où.

Utilisation des extincteurs

Les règles d'utilisation sont les suivantes :

1. Décrocher l'extincteur en le saisissant par la poignée ou la poignée fixe et le poser au sol en position verticale.
2. Saisir la lance et retirer la goupille de sécurité.
3. Diriger le jet vers la base des flammes en effectuant un mouvement de balayage.

4° S'approcher lentement du feu jusqu'à une distance maximale d'un mètre.





TROUVEZ L'EMPLOI QUI CORRESPOND LE MIEUX À VOTRE PROFIL

Lanak

Empresa Trabajo Temporal

www.lanak.es

LEIOA-BIZKAIA

C/ ESTARTETXE, 5 - 1er étage,
bureau 126 Tél. 944.070.380
lanakbi@lanak.es
Mobile / WhatsApp 685 53 11 82

SAN SEBASTIÁN-DONOSTIA

CAMINO PORTUETXE, 47 - 2e étage,
bureau 25 Tél. 943 042 069
administracionss@lanak.es
Mobile / WhatsApp : 692 46 27 89

VITORIA-GASTEIZ

37, rue BADAYA, rez-de-chaussée
Tél. : 945 154 999
lanak@lanak.es
Portable / WhatsApp : 635 75 36 80

LOGROÑO

GRAN VIA JUAN CARLOS I, n° 14 - 3 D
TÉL. 941 041 091
lanaklo@lanak.es
Mobile / WhatsApp : 695 59 68 51

MADRID

Negocenter Business
Agustín de Betancourt, 21.
Bureau 722-723
28003 - Madrid
Tél. : 695 628 105

L más K Grupo