

Professions et lieux de travail

Livreur - Généralités

Sur cette page

[Quels types de travail un livreur accomplit-il?](#)

[En quoi consiste le travail des livreurs?](#)

[Quels sont les principaux risques pour la santé et la sécurité des livreurs?](#)

[Quelles sont les mesures de prévention que les livreurs peuvent adopter?](#)

[Quelles sont les méthodes de travail sécuritaires qu'il faut connaître?](#)

Quels types de travail un livreur accomplit-il?

Les livreurs sont parfois appelés :

- Livreurs ou conducteurs de véhicule de service de messagerie.
- Facteurs.
- Courriers.
- Messagers.
- Distributeurs porte-à-porte.

Ces titres sont des exemples d'emplois qui nécessitent de marcher d'un endroit à un autre, de se déplacer en bicyclette ou en motocyclette, ou de conduire une automobile, une fourgonnette et un véhicule utilitaire léger.

Les articles livrés peuvent être divers. Les documents, les paquets, les mets pour emporter, les marchandises, les sacs d'épicerie, l'équipement ou les appareils électroménagers sont des exemples courants.

En quoi consiste le travail des livreurs?

Ce profil renvoie aux livreurs en général. Les livreurs, les courriers ou les messagers vont chercher des documents, des messages, des paquets et divers autres produits et les livrent à un autre endroit. Les emballages qu'ils livrent peuvent contenir des échantillons médicaux ou des produits dangereux. La personne peut aussi devoir obtenir le paiement pour le service ou le produit livré (p. ex. pizza et autres mets prêts à manger, alcool, cantines mobiles).

Les livreurs doivent habituellement soulever et transporter des articles de différents poids, dimensions et formes, comme des lettres, des pizzas, de l'équipement et des fournitures de bureau, des matériaux de construction, des matelas ou des réfrigérateurs.

Une grande partie de leur travail est effectué :

- À l'extérieur où ils sont donc exposés à diverses conditions météorologiques.
- Le jour ou la nuit.
- Dans des endroits potentiellement dangereux, tels que des chantiers de construction dans une zone où le taux de criminalité est élevé.

Quels sont les principaux risques pour la santé et la sécurité des livreurs?

- Douleur ou blessure causée par l'épuisement du corps ou par des tâches manuelles répétitives.
- Travail en isolement.
- Incidents de la route ou à bicyclette.
- Glissades, trébuchements et chutes.
- Stress.
- Travail en rotation, travail tard ou journées de travail prolongées.
- Violence en milieu de travail (p. ex. intimidation, abus verbal, harcèlement, attaques physiques, vol qualifié).
- À l'extérieur, exposition à des températures extrêmes et aux rayonnements ultraviolets provenant du soleil.
- Lettres ou colis suspects.
- Morsures de chien.
- [Piqûres d'insectes](#) (p. ex. abeilles, guêpes, moustiques).
- Risque d'exposition à des produits ou à des matières biologiques dangereux mal étiquetés (p. ex. échantillons médicaux).
- Exposition possible à des agents infectieux, tels que des virus.

Quelles sont les mesures de prévention que les livreurs peuvent adopter?

- S'informer sur les manières d'[éviter](#) les douleurs musculo-squelettiques ou les blessures causées par des tâches répétitives ou contraignantes.
- Apprendre les [techniques sécuritaires de levage](#).
- Suivre un cycle de [quarts de travail](#) recommandé et connaître les risques associés au travail en rotation et les [journées de travail prolongées](#).
- Maintenir les aires de travail et les véhicules exempts d'obstacles et d'équipement. Les articles doivent être entreposés de manière sécuritaire.
- Garder l'équipement et les véhicules en bon état de fonctionnement. Vérifier le [véhicule](#) ou la bicyclette avant de l'utiliser afin de s'assurer qu'il est en bon état.
- Utiliser l'équipement de protection individuelle (EPI) et les vêtements appropriés, y compris des [chaussures](#) de sécurité et des [vêtements de haute visibilité](#).
- Conserver à proximité un téléphone cellulaire ou tout autre moyen de joindre une personne désignée au travail.
- Utiliser des aides mécaniques pour transporter les objets lourds, lorsque c'est possible.
- Savoir reconnaître les [lettres ou les colis suspects](#).

Quelles sont les méthodes de travail sécuritaires qu'il faut connaître?

Suivre les consignes de sécurité, selon le danger présent :

- Mettre en pratique des techniques sécuritaires de levage et de [manutention des matériaux](#) (levage, transport, dépôt de la charge, etc.).
- Consulter fréquemment l'information en matière de sécurité chimique, y compris le [SIMDUT](#), les [fiches signalétiques](#) et les exigences en matière de [transport des marchandises dangereuses](#) (le cas échéant).
- Identifiez les meilleures voies, en tenant compte de la fluidité du trafic, des routes à sens unique ou étroites, des ponts bas, des virages serrés, des lignes électriques aériennes, des restrictions de stationnement, etc.
- Être prêt en cas de mauvaises conditions météorologiques ([froid et chaud](#)) et en cas d'exposition à des [rayonnements ultraviolets](#) provenant du soleil.

- Utiliser les véhicules (ou les bicyclettes) de manière sécuritaire, ce qui comprend l'utilisation des [téléphones cellulaires](#) et autres dispositifs et des techniques de [conduite hivernale](#).
- Prévenir les [glissades, les trébuchements et les chutes](#) de plain-pied et dans les [escaliers](#).
- S'informer des risques liés à la [fatigue](#).
- Mettre en pratique des méthodes de travail sécuritaires visant les personnes qui [travaillent seules](#) ou dans des [endroits éloignés](#), ou qui [manipulent de l'argent](#).
- Adoption de [bonnes pratiques d'hygiène](#) lorsqu'un contact avec des agents infectieux, tels que les virus, pose problème, comme le [COVID-19](#).
- Connaître des moyens de prévenir la violence en milieu de travail (p. ex. travail en isolement, harcèlement, abus verbaux, attaques physiques, vol).
- Garder une trousse de sécurité dans son véhicule.

Toujours :

- Savoir comment signaler un [risque](#).
- Respecter les règles de sécurité de l'entreprise.

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2021-01-25

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.