



MANUTENTION DE CHARGES



RISQUES ASSOCIÉS

- ▶ Coincement, heurt, trébuchement
- ▶ Blessures : contusion, ecchymose, trouble musculosquelettique

Équipements de protection individuelle (EPI)

- ▶ Gants au besoin
- ▶ Bottes ou souliers fermés

Procédure de travail sécuritaire

AVANT L'UTILISATION

1. Évaluer la charge à déplacer (poids, taille, forme, état)
2. Demander de l'aide à un collègue ou utiliser des équipements d'aide à la manutention si la charge à déplacer est jugée trop lourde
3. Fixer les pièces mobiles ou recouvrir les parties tranchantes s'il y a lieu
4. Évaluer l'environnement de travail (plancher propre et sec, voies de circulation dégagées) et apporter les correctifs nécessaires au besoin
5. Porter les EPI requis
6. Au besoin, porter des gants

PENDANT L'UTILISATION

1. Lors du soulèvement et du déplacement manuels d'une charge, utiliser une méthode de travail sécuritaire :
 - ▶ S'approcher le plus possible de la charge avant de la soulever;
 - ▶ Pivoter les pieds dans la direction de la charge et éviter les torsions;
 - ▶ Plier les genoux afin d'utiliser les muscles des jambes et non ceux du dos;

- ▶ Garder le dos droit et non arrondi;
 - ▶ Soulever la charge en un mouvement continu et éviter de donner des coups;
 - ▶ Lors du déplacement, garder la charge près du corps et la transporter à deux mains;
 - ▶ Si la vue est obstruée, demander à un collègue de guider le déplacement.
2. Favoriser le déplacement des charges lourdes sur de courtes distances
 3. Entreposer les charges lourdes au bas des étagères seulement
 4. Éviter la manutention de charges lourdes dans un escabeau ou dans les escaliers

Formation

Assurez-vous que tous les employés ont reçu une formation adéquate sur la manutention des charges.