

Trouver les 14 situations dangereuses et 4 bonnes pratiques

CHASSES AUX RISQUES®
DOULEURS LIEES À LA MANUTENTION



Corrigé des 14 situations dangereuses et 4 bonnes pratiques

CHASSES AUX RISQUES®
DOULEURS LIEES À LA MANUTENTION



Corrigé des 14 situations dangereuses et 4 bonnes pratiques

N°	THÈMES	SITUATIONS À RISQUE / BONNES PRATIQUES	MESURES DE PRÉVENTION
1	Poids	L'opérateur porte seul un sac de ciment.	Porter les charges lourdes à 2. Utiliser les moyens de manutention disponibles.
2	Poids	L'opérateur tire la remorque pour l'atteler au véhicule.	Rester visible et guider le chauffeur pour respecter l'alignement entre l'attelage du véhicule et le timon de la remorque.
3	Poids	L'opérateur porte une caisse à carotte tout seul.	Porter les charges lourdes à 2. Utiliser les moyens de manutention disponibles.
4	Poids	L'opérateur porte un groupe électrogène.	Porter les charges lourdes à 2. Utiliser les moyens de manutention disponibles.
5	Poids	L'opérateur porte une bouteille d'azote.	Porter les charges lourdes à 2. Utiliser les moyens de manutention disponibles.
6	Poids	L'opérateur porte des glacières lourdes, remplies d'échantillon de sols/eau.	Stationner le véhicule le plus proche possible de la zone de prélèvement. Utiliser les moyens de manutention si disponibles.
7	Poids	L'opérateur effectue la remontée / le tirage de tiges à la main.	Utiliser la machine plutôt que ses bras. Utiliser du matériel adéquat pour remonter le matériel de manière mécanique.
8	Posture	L'opérateur ramasse les clés au sol sans prendre garde à sa posture.	Appliquer les bons gestes et postures pour se baisser. Plier les genoux pour ramasser les clés au sol. Garder le dos droit.
9	Aménagement	L'opérateur porte seul un tube.	Porter les charges lourdes à 2. Utiliser les moyens de manutention disponibles.

Corrigé des 14 situations dangereuses et 4 bonnes pratiques

N°	THÈMES	SITUATIONS À RISQUE / BONNES PRATIQUES	MESURES DE PRÉVENTION
10	Posture	L'opérateur sort maladroitement de son véhicule. Muscles froids après conduite.	Adopter les bons gestes et postures pour sortir de la voiture : pivoter sur le siège et sortir les jambes. Être attentif à l'endormissement musculaire.
11	Posture	L'opérateur reste toujours dans la même position.	Veiller à l'ergonomie de son poste de travail. Se lever régulièrement (par ex. au téléphone) pour s'activer et éviter les troubles musculo squelettiques.
12	Poids	L'opérateur est mal positionné pour porter le carton.	Respecter les bonnes pratiques gestes et postures : - plier les genoux ; - garder le dos droit ; - diminuer le poids et volume des colis.
13	Posture	L'opérateur creuse un trou à la pelle.	Bien s'échauffer, faire des pauses, s'étirer, alterner les opérateurs. Garder les bons gestes et utiliser les outils adaptés en privilégiant toujours les moyens mécaniques mis à disposition.
14	Poids	L'opérateur lève une plaque à la main.	Utiliser un lève plaque. Respecter les bonnes pratiques gestes et postures : plier les genoux ; garder le dos droit.
A	Poids	Échauffement.	
B	Poids	Utilisation d'un chariot avec élévation à hauteur de travail.	
C	Aménagement	Utilisation de tréteaux avec un aménagement de poste de travail pour avoir les outils à hauteur.	
D	Aménagement	Utilisation du treuil pour la mise en place ou la remontée du tubage.	