

PRINCIPES DE MANUTENTION MANUELLE DE CHARGES

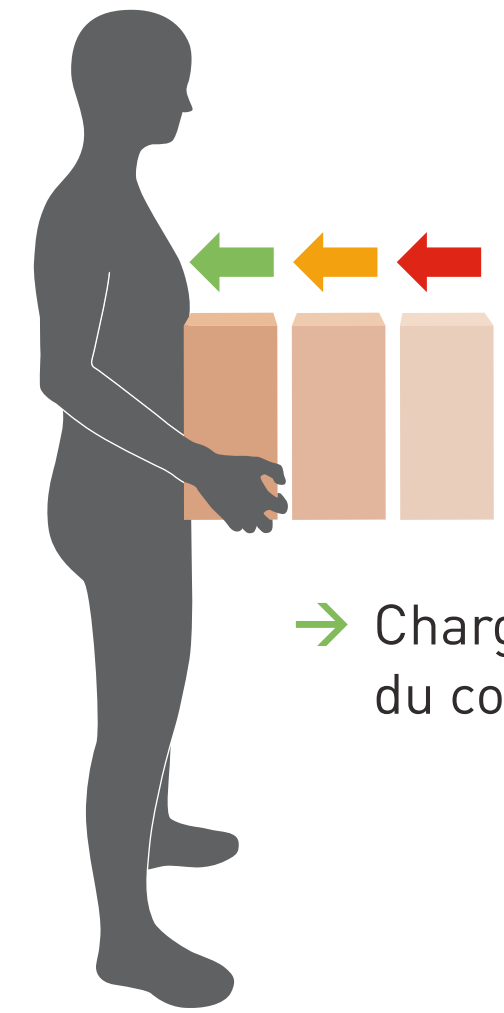
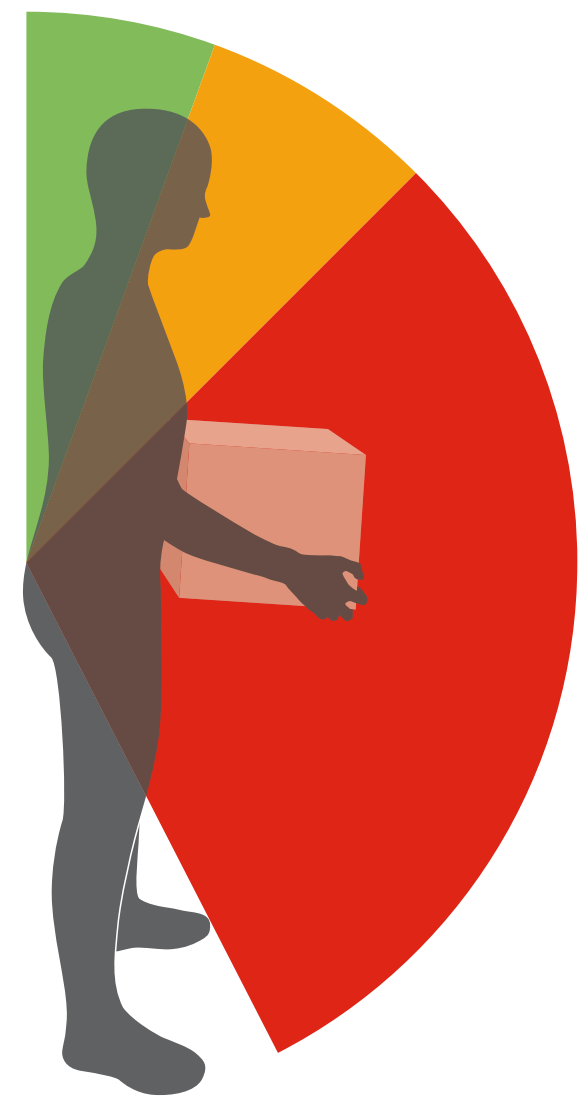


ASSTAS
Association paritaire pour
la santé et la sécurité du travail
du secteur affaires sociales

1

**FAVORISER
LE DOS VERTICAL
ET LA CHARGE
PRÈS DU CORPS**

→ Dos le plus
à la verticale
possible



→ Charge près
du corps

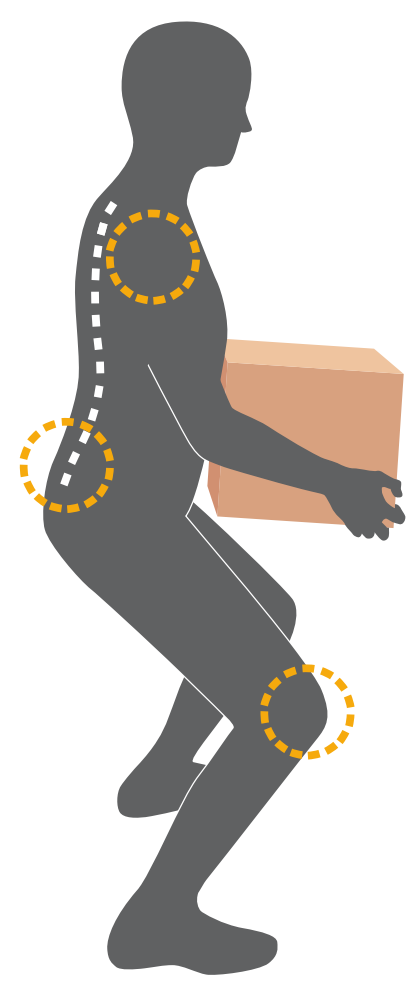
2

**BIEN RÉPARTIR
LA CHARGE
SUR LE CORPS**

→ Mains et
pieds dans
le même axe



→ Répartir la charge
sur les différentes
articulations et
respecter les
courbes du dos



3

**ÊTRE EN
ÉQUILIBRE ET
EN CONTRÔLE**

→ Prise solide et stable

→ Répartir le poids
dans la base d'appui



PRINCIPES DE MANUTENTION MANUELLE DE CHARGES



ASSTAS
Association paritaire pour
la santé et la sécurité du travail
du secteur affaires sociales

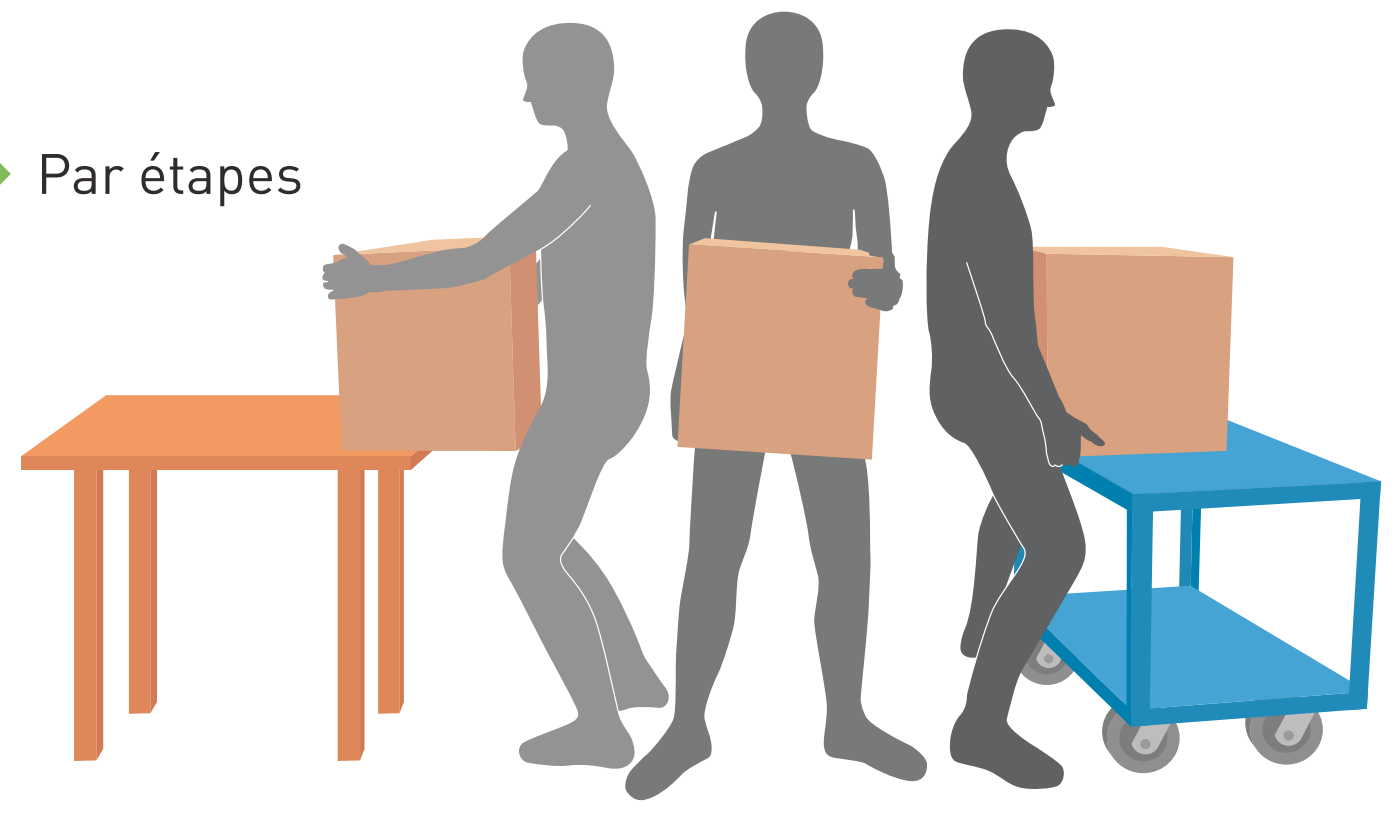
4

**MOUVEMENT FLUIDE,
EN CONTINU OU PAR ÉTAPES**

→ En continu



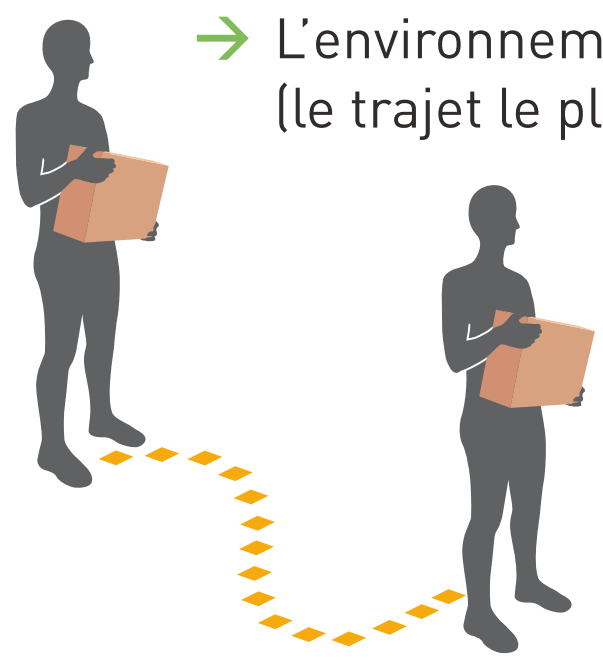
→ Par étapes



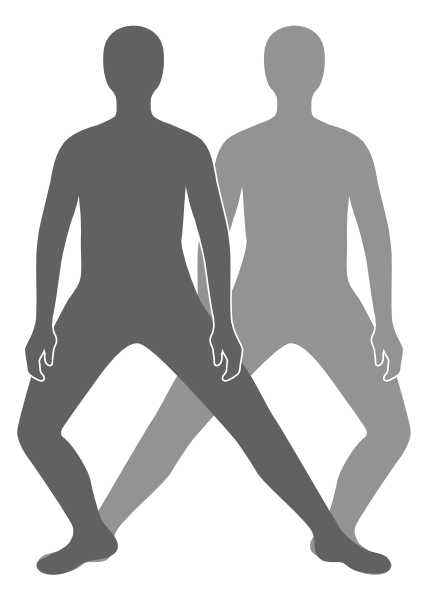
5

**METTRE À PROFIT
SES RESSOURCES**

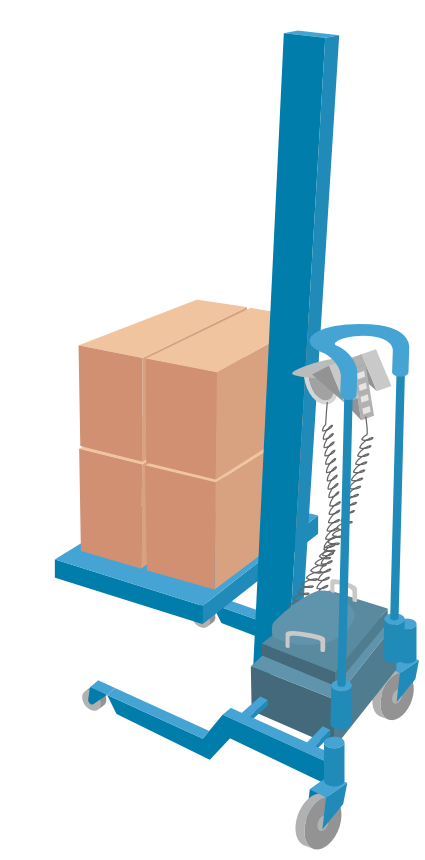
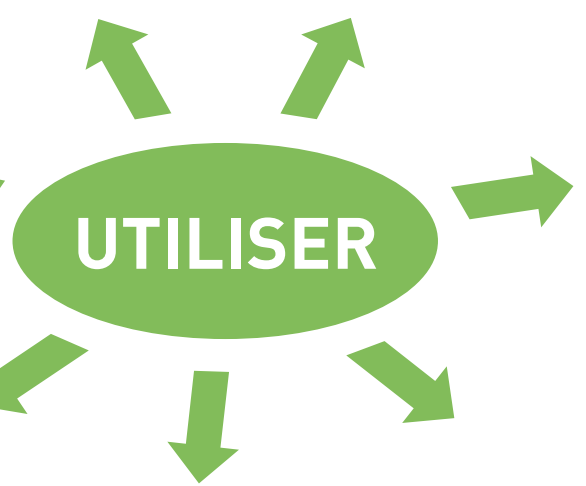
→ L'environnement
(le trajet le plus court)



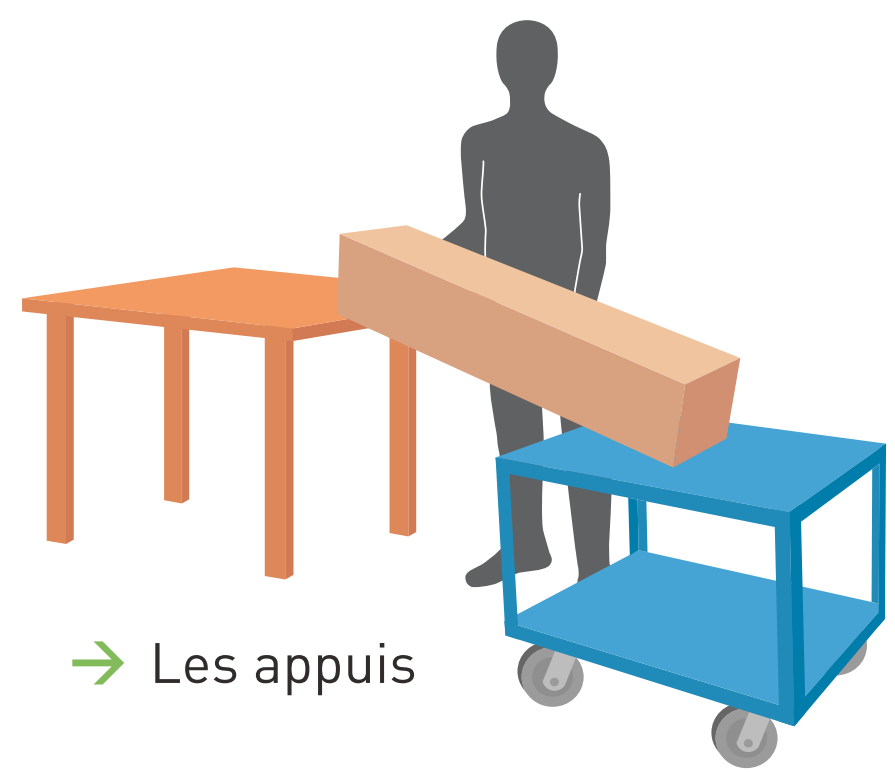
→ Les caractéristiques
de la charge



→ Le poids corporel
(transfert de poids)



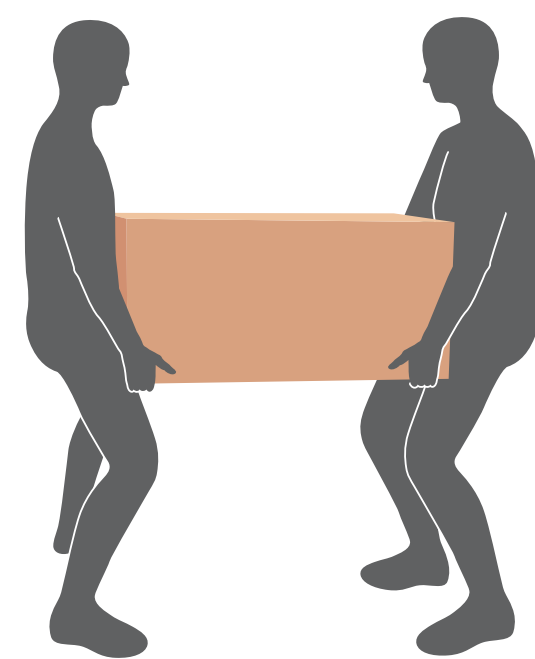
→ Les équipements



→ Les appuis



→ L'accélération



→ Les collègues

FACTEURS DE RISQUE EN MANUTENTION



ASSTAS
Association paritaire pour
la santé et la sécurité du travail
du secteur affaires sociales

