



025: Levage et port de charges (générale)

1 Dangers

Maladie de la musculature et usure du squelette consécutives au levage et au port fréquents et incorrects de charges lourdes.

2 Bases de références

Documents de référence selon doc. SE-01354-C2-HD-Safety Gesetzeskompass et en plus:

- | | |
|----------------|---|
| Documents suva | <ul style="list-style-type: none">• 44018 "Soulever et porter correctement une charge"• 67199 "Liste de contrôle: Charges de manutention intelligentes "• 88190 "Évaluation des contraintes corporelles: Manutention des charges" |
|----------------|---|

3 Généralités

Plusieurs études permettent d'établir un lien entre le levage et le port de charges et des problèmes de santé de différente nature. Les maladies les plus graves sont liées au dos. L'objectif de cette Safety-Règle est d'informer les collaborateurs sur les risques pour la santé existants et sur les techniques correctes de levage et de port des charges.

4 Règles de base

- A. Le levage manuel de charge doit être limité au minimum et, dès que possible, remplacé par l'utilisation de moyens auxiliaires mécaniques.
- B. Critères clés pour l'évaluation de la valeur d'une charge:
 - Contraintes corporelles (durée de chaque processus de manutention);
 - Poids de la charge (qui exécute le processus – homme/femme?);
 - Posture et distance de la charge;
 - Conditions de travailLa stature et la constitution physique de la personne doivent également être prises en compte.
- C. Les charges de 40 kg pour les hommes et 25 kg pour les femmes ne doivent pas être dépassées (Valeurs standard pour des charges raisonnables : 25 kg pour les hommes / 15 kg pour les femmes).



- D. Transportez des charges lourdes et volumineuses à deux/trois personnes (p.ex. poteaux en bois);
- E. Des EPI appropriés (vêtements de travail, gants de travail et chaussures solides) réduisent le risque d'accident!
- F. Utiliser des outils de travail à direction manuelle: diables, brouettes, transpalettes à fourche, empileuses à fourche, etc.)



025: Levage & port de charges (générale)

swisscom

5 10 conseils pour un levage et port corrects

- porter! utiliser! **1**
- pas seul! → ✓ **2**
- voie libre! ↙ vue dégagée! **3**
- : prise sûre
: à deux mains! **4**
- ✓
• stable
• bon contact avec le sol! **5**

Levage et port CORRECT

- 10** monter / descendre?
» ATTENTION!
- 9** ✓
• dos droit!
- 8** ✓
• soulever:
dos droit!
- 7** ✓

• charge au plus près du corps
- 6** ✓

• répartition uniforme