

Préserver sa sécurité lors des manipulations de chariots



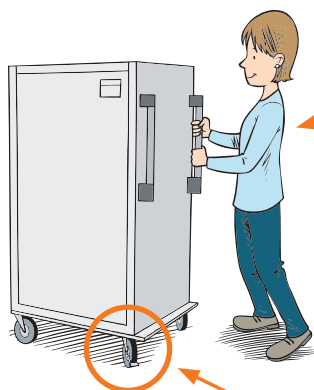
Christiane Gambin
cgambin@asstsas.qc.ca

La manipulation des chariots peut devenir la cause de troubles musculosquelettiques chez les travailleurs. Une nouvelle affiche présente des règles de bonne conduite.

De nombreux types de chariots sont utilisés, tous les jours, dans les établissements. Rappelons quelques principes pour éviter un accident.

Il faut toujours utiliser un seul chariot à la fois. Toutefois, pour gagner du temps, plusieurs travailleurs tirent ou poussent deux chariots en même temps. Ces méthodes de travail mènent à adopter des postures contraignantes et à déployer des efforts importants. Pour éviter ces contraintes, il faut revoir la répartition des tâches entre les travailleurs ou les équipements utilisés. Par exemple, un tire-chariot permet de véhiculer plusieurs chariots en même temps et facilite la circulation sur de longues distances ou dans les pentes.

Pour entrer ou sortir d'une zone restreinte ou d'un ascenseur, il est acceptable de tirer le chariot afin d'éviter de frapper quelqu'un ou quelque chose.



Pour tourner dans un espace réduit, mettre un frein sur une roue et pousser du côté opposé facilitent le pivotement du chariot.

Toujours pousser

Il ne faut jamais tirer un chariot. Toutefois, quand aucun autre choix n'est possible, par exemple pour vérifier l'achalandage à une intersection, pour entrer ou sortir d'une zone restreinte ou d'un ascenseur, tirer le chariot est toléré. Rappelons qu'il s'agit là de situations d'exception.

Prenez soin de vous. Pour votre santé et votre sécurité, en tout temps, conduisez prudemment ! ■


PRÉVENTION DES TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

CONDUITE SÉCURITAIRE DES CHARIOTS

Association partenaire pour la santé et la sécurité du travail du secteur affaires sociales
asstsas.qc.ca


POSTURE DE BASE

- Tête droite
- Dos droit (sans torsion ni flexion)
- Épaules relâchées
- Coudes et bras près du corps
- Poignets en position neutre (sans flexion ni extension)




1. POUSSER LE CHARIOT, NE PAS LE TIRER

- Mettre les deux mains sur la barre de poussée (environ à la hauteur des coudes)
- Déplacer légèrement le chariot afin de positionner les roues dans la direction du mouvement avant la poussée.



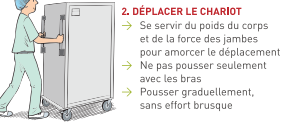
RÈGLES D'UNE CONDUITE PRÉVENTIVE

- Déplacer un chariot à la fois
- Conduire sans précipitation
- Adapter la vitesse de déplacement en fonction des possibilités d'arrêt d'urgence et prévoir une distance suffisante avant le point d'arrêt
- Regarder les miroirs de sécurité au mur




2. DÉPLACER LE CHARIOT

- Se servir du poids du corps et de la force des jambes pour amorcer le déplacement
- Ne pas pousser seulement avec les bras
- Pousser graduellement, sans effort brusque




3. FAIRE TOURNER LE CHARIOT

- Pour diriger le mouvement, se déplacer légèrement à l'opposé de la direction souhaitée
- Effectuer de petits pas de côté
- Éviter les torsions du dos
- Pour un virage serré à droite, appliquer le frein sur la roue de droite (et vice versa)




UTILISER UN TIRE-CHARIOT

si le chariot est long, lourd ou haut, sur de longues distances ou un trajet avec des pentes



TRAVAILLER À DEUX

si l'on ne voit pas devant ou si le chariot est lourd



Une affiche gratuite (asstsas.qc.ca/a72)