



RISQUE DE CHOCS, BLESSURES, TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

Identification des risques

Conduite à risques	Conduite à tenir	Consignes de sécurité
<div>  <p>Ne pas se baisser pour prendre une charge en maintenant les jambes droites</p>  <p>Ne pas se tordre pour prendre une charge de côté</p>  </div>	<div> <p>- Bien positionner les pieds</p> <p>- Plier les genoux lors de la prise d'une charge en gardant le dos droit</p> <p>- Assurer la prise en main du colis à deux mains</p> <p>- Se lever sans plier le dos</p>  </div>	<div> <p>- S'échauffer à la prise de poste</p> <p>- Utiliser les aides à la manutention : transpalette, roll, diable...</p> <p>- Port des gants de manutention et des chaussures de sécurité</p> <div>   </div> <p>- Diviser les charges pour alléger le port manuel</p> <p>- Si besoin, demander de l'aide d'un collègue</p> <p>- Garder le dos droit pendant la marche</p> <p>- S'étirer à la fin de poste</p> </div>