



Limiter le recours aux manutentions manuelles et aux déplacements avec port de charges

Une bonne organisation du travail et des aides techniques adaptées permettent de prévenir les nombreux risques liés aux manutentions manuelles : blessures, lombalgies, troubles musculosquelettiques (douleurs au dos et aux membres supérieurs) et risques de chutes notamment.

+ Diminuez le poids des charges à manutentionner

- Mettez en place un rythme de livraison plus fréquent pour diminuer le volume des colis.
- Discutez avec les fournisseurs des conditionnements des livraisons pour réduire leur poids unitaire, leur taille, etc.
- Fractionnez les charges à porter quand cela est possible.
- Organisez le travail pour permettre aux salariés de porter les charges lourdes à deux.

+ Limitez les déplacements avec port de charges

- Identifiez les phases d'activité nécessitant des déplacements avec port de charges et organisez le travail de façon à limiter ces derniers.
- Installez des zones de stockage tampon pour les pièces, matières, etc.
- Facilitez l'accès aux zones de stockage pour les salariés et pour les aides à la manutention (allées dégagées, absence de marche ou d'escalier).
- Organisez le rangement des produits en fonction de leurs rotations et de leur poids (les plus lourds et les plus fréquemment manipulés à mi-hauteur).







+ Choisissez des aides à la manutention adaptées à votre activité

- Utilisez des aides à la manutention pour limiter le port de charge (desserte, transpalette, diable, table de mise en rayon, chariot à fond constant, etc.).
- Choisissez l'équipement sur la base des caractéristiques des charges (poids, dimension, volume, etc.) et des espaces de circulation (largeur, nature des sols).
- Privilégiez les aides motorisées.
- Portez une attention particulière à la capacité de roulement des équipements non motorisés (diamètre et qualité des roues, adaptation à la nature des sols, charge maximale prévue par le concepteur) afin de réduire les efforts de tirer-pousser et d'assurer une maniabilité optimale.
- Adaptez le nombre d'équipements à la fois au volume de votre activité courante et à celui de votre activité exceptionnelle.
- Maintenez ces équipements en bon état de fonctionnement (roues, batteries, etc.).
- Installez un monte-charges pour éviter les manutentions dans les escaliers.

+ Formez les salariés et fournissez les équipements de protection individuelle adaptés

- Formez les salariés à l'utilisation des aides à la manutention mises à leur disposition.
- Formez les salariés à la prévention des risques liés à l'activité physique (Prap).
- Fournissez des équipements de protection individuelle adaptés (gants pour faciliter la prise, chaussures de sécurité) et assurez-vous qu'ils sont effectivement portés.

			
Table roulante à hauteur variable	Desserte	Chariot	Diable monte-escalier électrique

POUR ALLER PLUS LOIN

Documents INRS disponibles sur www.inrs.fr :

- Vous avez dit TMS ?, ED 6094
- Aide-mémoire juridique : Manutention manuelle, TJ 18

• Fiche solution de prévention : Commerces de détail non alimentaires. Manipulez vos produits en utilisant des équipements d'aide à la manutention, ED 6269

Sites web :
www.inrs.fr
www.ameli.fr