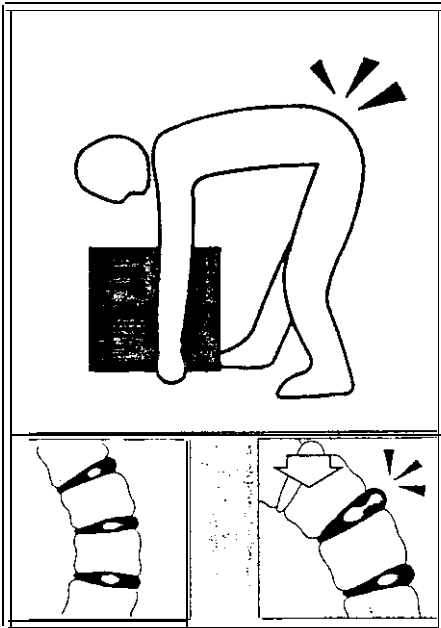


ANNEXE 1

(Situation N°1)

LA MANUTENTION MANUELLE-

La mécanisation n'exclut pas totalement la manutention manuelle et les conducteurs ou le personnel manutentionnaire seront toujours amenés à un moment ou un autre à soulever, déplacer ou transporter des charges.



Ces activités s'accompagnent de risques importants. Environ 1 accident sur 3 se produit au cours de transports manuels de charges.

La colonne vertébrale est fragile. Des postes de travail mal aménagés, de mauvaises postures de travail, peuvent provoquer une fatigue anormale ou être la cause d'accidents du travail : lumbago, hernie, sciatique, déchirure musculaire, tour de rein, élévation...

De nombreux accidents arrivent également aux membres, aux mains et aux pieds et peuvent occasionner des blessures, piqûres, luxations, entorses ou douleurs musculaires.

Ces accidents peuvent être évités ou limités par :

- une formation aux manutentions manuelles,
- un équipement individuel de protection,
- une utilisation correcte des engins de manutention adaptés.



LA FORMATION

**de bons gestes
cela s'apprend**

L'INRS et les Caisses Régionales d'Assurance Maladie proposent des programmes de formation aux pratiques de la manutention manuelle. Ces stages ("Gestes et Postures") sont axés sur la prévention des accidents du travail et visent tout particulièrement à réduire le nombre des accidents survenant à l'occasion de la manipulation d'objets ou du transport manuel.

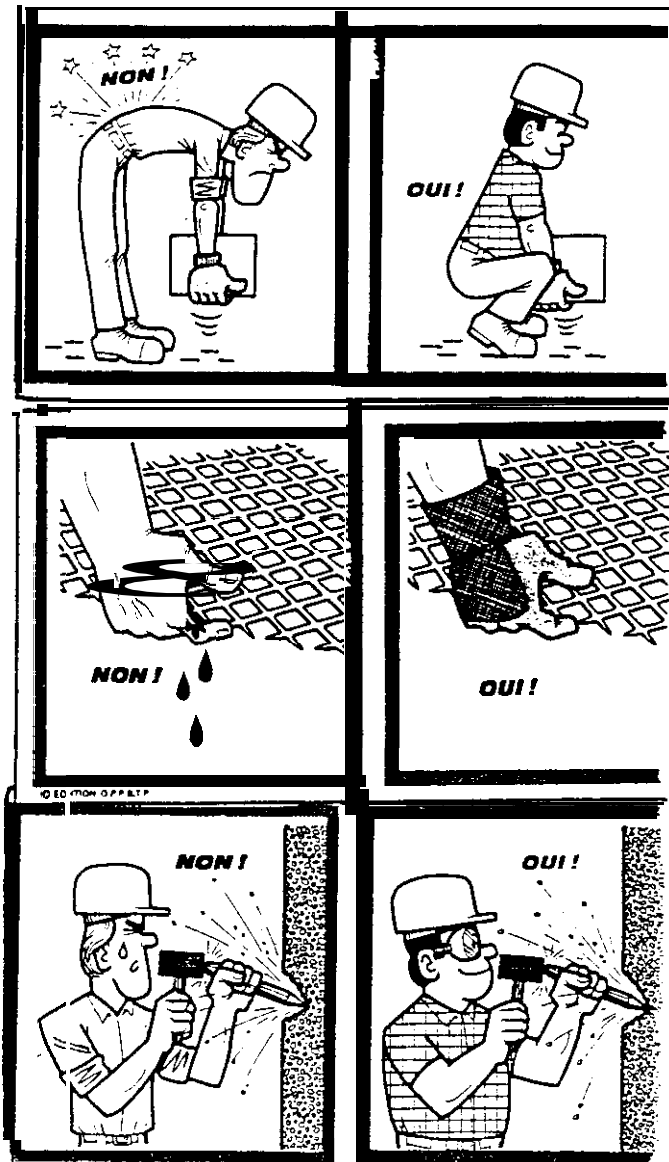
Les personnes formées pourront à leur tour "former" leurs collègues avec l'aide d'un animateur.

Les principes de base :

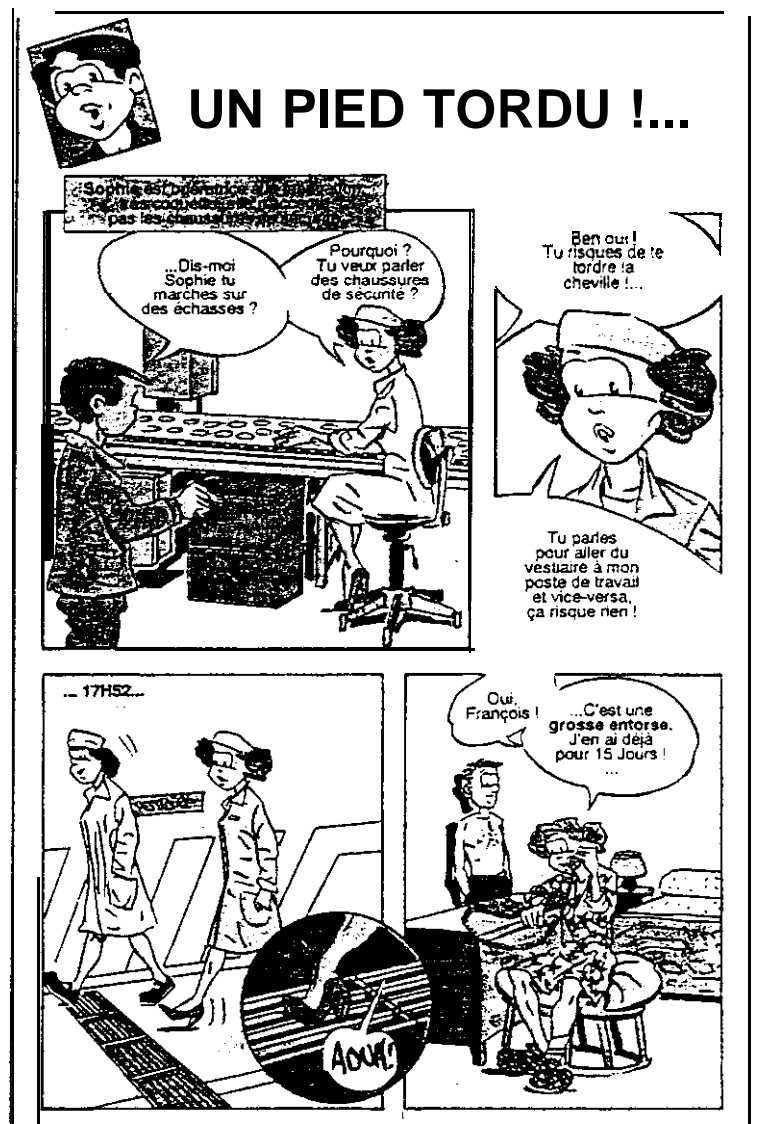
- assurer un bon équilibre,
- garder la colonne vertébrale droite,
- utiliser la force des jambes par flexion et extension,
- utiliser judicieusement le poids du corps.

Source INRS.

ACADEMIE DE CAEN	BEP + CAP	Session 1999
Durée : 0 h 30 min	Feuille 1/2	EP 1.2 - Communication professionnelle
DOCUMENTATION		DISTRIBUTION ET MAGASINAGE Magasinage et messagerie



Source : Maupower



ACADEMIE DE CAEN	BEP + CAP	Session 1999
Durée : 0 h 30 min		EP 1.2 - Communication professionnelle
DOCUMENTATION	Feuille 2/2	DISTRIBUTION ET MAGASINAGE Magasinage et messagerie