

Mise à disposition du matériel par le Service logistique. Les demandes doivent être réalisées Minimum 72h avant sous réserve de disponibilité

CONSEILS ET QUELQUES ÉQUIPEMENTS DISPONIBLES

1- Privilégier la sous-traitance spécialisée dans la manutention, le levage et le transfert

Ce type de prestation est à envisager lors de manipulation d'éléments lourds, encombrants (TGBT, Armoires, transformateur...) mais aussi en présence d'un environnement atypique : étroit, différence de niveau ou hauteur ...

2- Privilégier la Mécanisation du port de charges

Général au chantier



Grues



Monte-charge

Mise en place anticipée des ascenseurs *Le chargé d'affaire / conducteur travaux peut demander la mise en place d'un monte-charge ou la mise en fonctionnement anticipée des ascenseurs au CSPS.*



Cela nécessite une préparation en amont et une anticipation des besoins.

3- Utiliser des Accessoires de manutention

Général



Diable



Chariot



Transpalette manuel



Treuil cabestan



Spécifique armoires Lève armoires

Spécifique au coffret

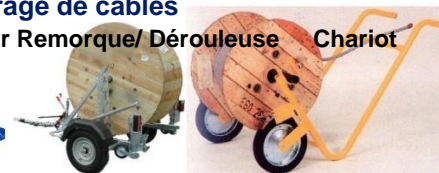


Lève coffret

Spécifique tirage de câbles



Dériveur Remorque/ Dériveuse



Chariot



« Diabolo »



Chandelle

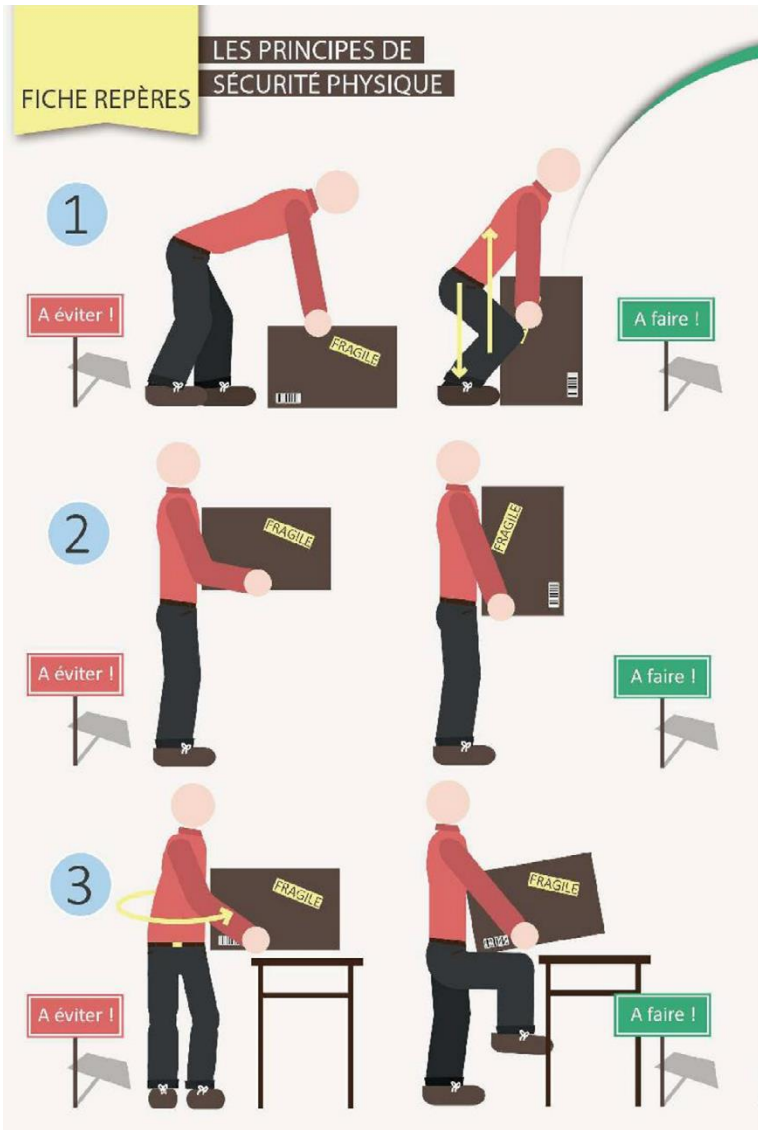


Dériveur multiple

4- Privilégier des véhicules aménagés

Possibilité d'utiliser la remorque :





1 Soulever une charge

A éviter : Se positionner trop loin de l'objet à soulever. Malgré une flexion des jambes, soulever un carton placé trop éloigné du buste engendre une mauvaise position pour le dos.

A faire : 1. Positionner la charge à proximité des pieds / 2. Positionner les pieds légèrement décalés et écartés de part et d'autre de la charge (bons points d'appui et équilibre) / 3. Fléchir les jambes pour saisir l'objet / 4. Assurer une bonne prise en main de la charge / 5. Garder le dos bien droit / 6. Soulever avec la force des cuisses.

2 Déplacer une charge

A éviter : Porter la charge trop éloignée du corps avec les bras pliés.

A faire : 1. Porter la charge bras tendus / 2. Porter la charge à proximité du corps.

3 Déposer une charge

A éviter : Vriller la colonne vertébrale.

A faire : 1. Orienter les pieds vers la dépose / 2. Selon la hauteur du plan de dépose, s'aider des cuisses, de l'épaule, etc.

Les limites règlementaires au port manuel de charges

Applicables aux hommes et aux femmes âgés de 18 à 65 ans sans distinction

- Les travailleurs ne peuvent pas porter des charges supérieures à 55 kg (Sauf si aptes par le médecin du travail). Les charges transportées ne peuvent pas dépasser 105 kg ;
- Les femmes ne sont pas autorisées à porter des charges supérieures à 25 kg ;
- Les femmes enceintes n'ont pas le droit de porter de charges quel que soit le poids ;
- Pour les jeunes travailleurs, les limites dépendent de l'âge et du sexe.

Recommandation Norme AFNOR X35-109

ACTIVITÉ	VALEUR MAXIMALE ACCEPTABLE ¹	VALEUR MAXIMALE SOUS CONDITION ²
Soulever/Porter	15 kg de charge par opération 7,5 tonnes/jour/personne	25 kg de charge par opération 12 tonnes/jour/personne
Pousser/Tirer	200 kg de poids déplacé	400 kg de poids déplacé

1. Ces valeurs s'appliquent lorsqu'il n'est pas possible de supprimer les opérations de manutention manuelle.
2. Ces valeurs s'appliquent lorsque les moyens mécaniques d'aide au transport et au levage sont difficiles à installer (notamment en raison de la configuration des lieux).