

Les aides à la manutention



Chariot à roulettes avec plateau haut et bas. Ce chariot permet de transporter/déplacer les carton ou articles à une hauteur adaptée pour la mise en rayons



Chariot à roulettes avec plateau haut à hauteur variable. Ce chariot permet de transporter/déplacer des cartons ou des articles et de les positionner à une hauteur adaptée pour la mise en rayons. Cet équipement est vivement recommandé afin de limiter les contraintes posturales



Transpalette/tire palette manuel permettant de déplacer une palette



Transpalette électrique permettant de déplacer une palette avec une assistante qui réduit les efforts à fournir pour déplacer la charge

Risque lié aux déplacements transpalette/chariot

- ◆ Respecter les voies de circulation
- ◆ Equilibrer la charge et la surveiller pendant le déplacement
- ◆ Si usage d'un transpalette électrique, il faut le diriger par la poignée tout en se déplaçant à côté
- ◆ Pour la conduite d'un chariot automoteur, une formation et une autorisation de conduite sont obligatoires. Une aptitude médicale doit être délivrée par le médecin du travail

HOTE/HOTESSE DE CAISSE

- ◆ Gestes répétitifs, postures pénibles, manutention
- ◆ Contraintes organisationnelles (horaires variables avec coupures ,amplitude horaires importantes
- ◆ Contact avec le public
- ◆ Ambiance thermique
- ◆ Gérer l'exigence des clients , agressions verbales /physiques
- ◆ Accidents de travail

Les facteurs de risques

Quelques conseils

- ◆ Régler correctement la hauteur de votre siège et installez vous confortablement, alternez la position debout / assise
- ◆ Rapprocher vous au maximum du tapis roulant pour éviter l'écartement des bras , épaules ...
- ◆ Laisser les articles venir à vous , ne pas anticiper leur prise sur le tapis roulant
- ◆ Informer les clients de laisser les objets lourds ou encombrants dans le caddie , utiliser au maximum les douchettes et les codes barres
- ◆ Participer à des formations pour mieux gérer les comportements inadaptés de la clientèle
- ◆ Porter des vêtements chauds et confortables



4 Rue Raymond Aron SAINT MARTIN SUR LE PRE
tel 03.26.70.40.41

Quartier Valmy—6 allée Cuirassier
51800 SAINTE MENEHOULD tel 03.26.60.87.99

24 rue Ampère 51300 VITRY LE FRANCOIS
tel 03.26.74.22.98

mail : stsm51.fr

N'hésitez pas à solliciter le service de Santé au Travail

EMPLOYE LIBRE SERVICE

Conseils au salarié



Préservons la
Santé au Travail



- ▶ Port de charges
- ▶ Gestes répétitifs
- ▶ Ambiance sonore permanent
- ▶ Ambiance thermique
- ▶ Environnement
- ▶ Station debout/piétinement
- ▶ Réaction chimique/allergique
- ▶ Plaies/coupures
- ▶ Contraintes organisationnelles

Les facteurs de risques

- ▶ Douleurs dorsales
- ▶ Douleurs des bras/épaules
- ▶ Douleurs des genoux/jambes
- ▶ Entorses/fractures
- ▶ Coupures /plaies/brûlures
- ▶ Bruit/stress
- ▶ Irritations œil/peau/respiratoires
- ▶ Accélération de la fréquence cardiaque

Les effets sur la santé

LES CONSEILS DE PREVENTION

Chutes/glissages

- ◆ **Garder** les sols propres
- ◆ **Eclairer** les lieux de déplacement et/ou de travail
- ◆ **Garder** les allées de circulation dégagées
- ◆ **Maintenir** votre zone de travail bien rangée
- ◆ **Utiliser** des chaussures de sécurité/antidérapantes



Postures/manutention/gestes répétés

Garder le dos bien droit ,plier les genoux

- ◆ **Utiliser** les moyens de manutention mis à votre disposition (caddies, chariots, transpalette)
- ◆ **Eviter** de porter les charges à bout de bras
- ◆ **Utiliser** les équipements appropriés:
 - marche à pied / escabeau pour se mettre à niveau des rayons en hauteur
 - des tapis ou genouillères pour les rayons du bas
- ◆ **Utiliser** les chariots ou de diable et plier les genoux pour porter
- ◆ **Limiter** les positions agenouillées et/ou accroupies prolongées /ou répétées
- ◆ **Solliciter** un collègue pour la manipulations des objets lourds/encombrants
- ◆ **Dépalettiser** entrainant des gestes répétitifs ,cadence soutenue, bras levés, antéflexion, posture contraignante
- ◆ **Equilibrer** la charge et la surveiller pendant le déplacement
- ◆ **Alternier** les tâches autant que possible



Bruit/stress/fatigue



- ◆ **Garder** votre vigilance nécessaire malgré la monotonie de la tâche
- ◆ **Garder** votre calme en toute circonstance
 - Humeur /exigence /agressivité des clients
 - Fluctuations de l'activité entrainant une charge mentale
- ◆ **Organiser** son travail en fonction du :
 - Temps partiel imposé
 - Horaires fractionnés/amplitude importante
 - Perturbation de la famille en raison des horaires variables, travail de nuit/de week end
- ◆ **Être** polyvalent



L'exposition de façon plus ou moins permanente au bruit (clients, musique d'ambiance, activité du magasin ...) peut parfois dépasser les seuils prévus par la réglementation et être cause de stress, de fatigue et de baisse de l'audition

Risques d'infection/plaies/brulures

- ◆ **Ne pas utiliser** de machine dangereuse sans formation
- ◆ **Débrancher** les machines lors des opérations de nettoyage
- ◆ **Utiliser** un cutter auto rétractable
- ◆ **Ne pas se déplacer** avec un objet coupant
- ◆ **Utiliser** des gants isolants pour les plats chauds (rôtisserie) ou pour des produits congelés / ou allant en chambre froide
- ◆ **Veiller** au bon affutage des couteaux et utilisation de gants à mailles si besoin

