



## Soulever et porter les charges correctement

S'agissant de soulever et porter, le risque d'accident peut être limité par une bonne préparation: prenez garde aux arêtes tranchantes de l'objet, remplacez les emballages défectueux et vérifiez AVANT de vous mettre en route si la voie est libre et s'il y a suffisamment d'espace pour poser la charge.

Des gants de protection permettent d'avoir une bonne prise et évitent les blessures. Pour soulever et porter, gardez le dos droit et portez la charge aussi près du corps que possible. Évitez de courber le dos et de le tourner de côté. Transportez toujours les charges lourdes à deux.

### Check-liste:

- ☑ Bien préparer le transport.
- ☑ Ne pas courber le dos.
- ☑ Ne pas tourner le dos de côté.
- ☑ Porter la charge près du corps.
- ☑ Toujours porter les charges lourdes à deux.

