

PORT DE CHARGES - MANUTENTION

ATTENTION À VOTRE DOS !

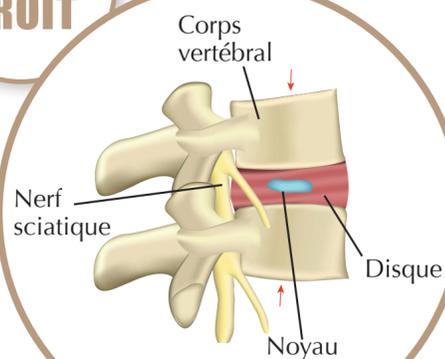
LE PORT DE CHARGES

- ▶ Respectez les bonnes pratiques de manutention et effectuez les bons gestes.
- ▶ Gardez le dos droit.
- ▶ Pliez les genoux.
- ▶ Maintenez l'axe « tête-cou-tronc ».



*Du confort
pour longtemps !*

**DOS
DROIT**

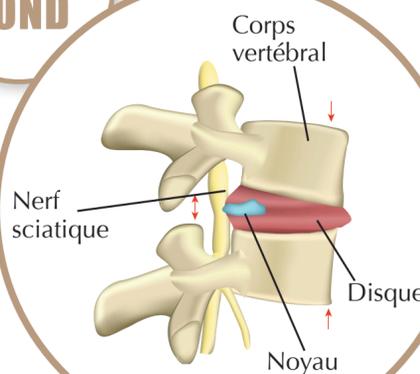


75 kg

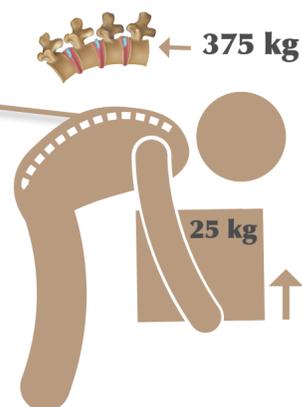


25 kg

**DOS
ROND**



375 kg



25 kg

*Lumbago, sciatique,
hernie discale...*



LA MANUTENTION

- ▶ Prévoyez des aides à la manutention ou au levage (diabes, chariots, tables roulantes...).
- ▶ Faites vous aider par un collègue.

