



Causeries sur la boîte à outils— Guide de l'instructeur **Woodworkers**

Manipulation et levage **Survol du sujet**

La manipulation et le levage inadéquats d'objets lourds ou encombrants représentent une importante source de blessures au dos. Ces blessures peuvent nuire à votre qualité de vie pendant des semaines ou des mois, voire des années, vous empêchant de travailler ou d'effectuer de nombreuses choses que vous aimez. De telles blessures peuvent être évitées.

Démonstration et **sujets de discussion**

- Parlez** des types d'objets dans l'atelier qui sont lourds ou encombrants, et discutez de la façon dont chacun peut être manipulé de façon sécuritaire.
- Visitez l'atelier** avec les participants, et attirez l'attention sur ces dangers.
- Distribuez** le document de cours.
- Révissez** les précautions.
- Parlez** de la façon dont la manipulation et le levage d'objets peuvent causer des blessures.
- Expliquez** ce qu'il est possible de faire dans un milieu de travail pour réduire le risque de blessures causées par une manipulation et un levage inadéquats (p. ex. ranger les objets lourds entre le genou et la poitrine, et les plus petits dans des emballages plus petits).
- Faites un lien avec des situations réelles.** En vous fondant sur votre expérience, parlez d'au moins deux cas de blessures infligées ou utilisez les exemples suivants :
 - Un apprenti déchargeant du contreplaqué a décidé de porter une charge lourde seul plutôt que de demander de l'aide. Il a ressenti une douleur soudaine et fulgurante le long d'une jambe et a été incapable de continuer de travailler. Il a dû ensuite être opéré pour une hernie discale.

MANIPULATION ET LEVAGE • HANDLING AND LIFTING • TIGUTTAQNI QANGATTANILU • ᐱᑦᑦᑦᑦᑦᑦ ᐱᑦ ᑲᐱᑦᑦᑦᑦᑦ



« Ces blessures peuvent nuire à votre qualité de vie pendant des semaines ou des mois, voire des années, vous empêchant de travailler ou d'effectuer de nombreuses choses que vous aimez. »

- Un jeune travailleur déchargeant des pièces a décidé de porter plusieurs cartons lourds plutôt que d'utiliser un diable. Il a ressenti une douleur soudaine et fulgurante le long d'une jambe et a été incapable de continuer de travailler. Il a dû ensuite être opéré pour une hernie discale.
- Parlez** de l'attitude « Ce n'est pas à moi que ça va arriver! ». Rappelez aux participants que s'ils prennent des raccourcis ou sont imprudents, ils se blesseront probablement.
- Montrez** aux participants à déceler et à signaler tout problème de sécurité concernant le soulèvement et la manutention d'objets.
- Encouragez les participants à **POSER** des questions.
- Répondez** à toute question ou préoccupation soulevée.
- Donnez le bon exemple** en travaillant en tout temps en toute sécurité.

Ressources supplémentaires :

- Back Talk: An Owner's Manual for Backs (guide pour éviter les maux de dos),**
www.worksafebc.com/publications/health_and_safety/by_topic/assets/pdf/back_talk.pdf
- Does your back hurt? A guide to preventing low back pain (guide pour éviter les douleurs lombaires),**
www.worksafebc.com/publications/health_and_safety/by_topic/assets/pdf/does_your_back_hurt.pdf
- Ergonomics Commentary 1 – Back Belts (conseils en ergonomie sur les ceintures dorsales),**
www.worksafebc.com/publications/health_and_safety/by_topic/assets/pdf/backbelts.pdf
- Lift/Lower Calculator (calculateur des risques liés au levage),**
www2.worksafebc.com/calculator/l/c/default.htm

MANIPULATION ET LEVAGE ■ HANDLING AND LIFTING ■ TIGUTTAQNI QANGATTAQNILU ■ ᐱᓕᓕᓕᓕᓕᓕᓕᓕᓕ ᐱᓕᓕᓕᓕᓕᓕᓕᓕᓕ