

Sécurité et soins **Glissements,** **trébuchements et chutes**

Les **glissements, trébuchements et chutes** sont les principales causes d'accident dans le milieu de travail. Les risques sont plus élevés de l'automne au printemps, alors que la plupart des incidents se produisent en hiver. Pendant les mois d'hiver, la CSTIT reçoit en moyenne une demande d'indemnisation par jour. Il y a au moins un incident pendant chaque mois d'hiver avec perte majeure de temps en raison d'un glissement, d'un trébuchement ou d'une chute.

Réduisez le risque de blessure en portant des chaussures appropriées, soyez très attentif à ce qui vous entoure et maintenez l'endroit propre. Prenez votre temps et assurez-vous que l'endroit est suffisamment éclairé afin que vous puissiez voir ce que vous faites et où vous allez.

Les **glissements** se produisent lorsqu'il n'y a pas assez de friction entre vos pieds (avec ou sans chaussures) et les surfaces sur lesquelles vous marchez.

QU'EST-CE QUI PEUT CAUSER LES GLISSEMENTS?

- Passages mouillés, huileux, ou contaminés
- Surfaces de sol en mauvais état
- Carpets ou tapis non-fixés au sol
- Déversements
- Risques liés à la température (glace, pluie ou neige)
- Manque de formation des employés
- Chaussures inappropriées, y compris les souliers avec semelles usées
- Déplacements entre une surface sèche et une surface mouillée



PRÉVENIR LES GLISSEMENTS

- Ne vous précipitez pas – prenez votre temps.
- Faites des petits pas; pointez vos pieds légèrement vers l'extérieur pour améliorer votre équilibre.
- Portez des chaussures bien ajustées et appropriées pour votre travail.
- Nettoyez immédiatement tout déversement.
- Lorsque vous utilisez des tapis, apposez un adhésif sensible à la pression pour les garder en place.
- Conservez une main libre pour garder l'équilibre ou amortir une chute.
- Peinturez les sols lisses avec du sable dans le mélange.
- Veillez au bon entretien des locaux.
- Utilisez des crampons à glace à l'extérieur sur des voies glissantes.

Sécurité et soins **Glissements,** **trébuchements et chutes**

Les **trébuchements** peuvent se produire lorsque votre pied ou corps heurte quelque chose, occasionnant ainsi une perte d'équilibre. Une différence d'élévation d'un quart de pouce peut provoquer un trébuchement ou une chute.

QU'EST-CE QUI PEUT CAUSER LES TRÉBUCHEMENTS?

- Surfaces, escaliers, passages ou entrées inégales
- Carpettes ou tapis froissés
- Neige ou ornières glacées
- Câbles ou cordes
- Matériaux sur le plancher (bois, tuyaux, vêtements, livres, seaux, papier et outils)
- Tiroirs d'armoire ouverts



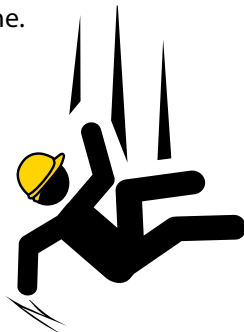
PRÉVENIR LES TRÉBUCHEMENTS

- Retirez les obstacles et objets encombrants des passages.
- Prenez votre temps; ne vous pressez jamais.
- Fermez les tiroirs des classeurs et de rangement.
- Assurez-vous que votre vision ne soit pas bloquée lorsque vous transportez des objets.
- Couvrir les câbles ou cordes qui traversent les passages.
- Ayez trois points de contact lorsque vous empruntez les escaliers.
- Conservez une main libre pour garder l'équilibre ou amortir une chute.

Les **chutes** peuvent se produire lorsqu'il y a perte d'équilibre à toute hauteur. La hauteur à partir de laquelle vous tombez et la surface sur laquelle vous tombez peuvent augmenter la gravité d'une blessure.

QU'EST-CE QUI PEUT CAUSER LES CHUTES?

- Inattention lorsque vous descendez d'une pièce de machinerie ou d'une plate-forme.
- Marchez dans un trou non-identifié.
- Utilisez une échelle déséquilibrée ou une rallonge d'échelle de fortune.
- Se pencher de façon excessive lorsque vous êtes sur une échelle ou plate-forme.



PRÉVENIR LES CHUTES

- Vérifiez le site de travail pour des dangers potentiels.
- Assurez-vous que l'éclairage soit adéquat.
- Utilisez toujours une échelle ou un escabeau pour atteindre les étagères du haut (ne jamais monter sur une chaise ou une boîte).
- Assurez-vous que les échelles, les plates-formes ou autres pièces d'équipement soient sécuritaires.
- Utilisez les garde-fous comme dispositif d'avertissement pour indiquer où sont les côtés ouverts et bordures, et des pylônes pour indiquer les ouvertures.
- Utilisez vos mains pour avoir trois points de contact lorsque vous montez ou descendez d'un véhicule ou d'une pièce de machinerie, ou lorsque vous utilisez des échelles.
- Portez un harnais de sécurité ou un équipement de protection individuelle lorsque vous travaillez à plus de 1,2 mètre sans garde-corps.
- Prenez des pauses pour rester alerte.

Pour obtenir de plus amples renseignements, prière de consulter le *Règlement sur la santé et la sécurité au travail* (article 12, 13, 100, 104(2)a), 120(1), 120(2), 260 et 420(2)) sur notre site Web.