

OBLIGATION + OUTIL CONSEILLÉ

RÉSULTAT OBLIGATOIRE : MANUTENTION ÉVITÉE, ÉVALUÉE ET RÉDUITE - FICHE PAR POSTE RPC
RECOMMANDÉE COMME PREUVE

RPC-SUP-036C

Observer le travail réel : charges, gestes, cadence, environnement, aides disponibles et personnes exposées.

1. POSTE ET PERSONNES EXPOSÉES

ATELIER / POSTE / TÂCHE

DATE ET OBSERVATEUR

SALARIÉS CONCERNÉS

DURÉE D'OBSERVATION

2. DESCRIPTION DES MANUTENTIONS

Charge / contenant	Poids réel	Fréquence	Distance	Prise / dépose	Aide utilisée
_____	_____ kg	_____ par heure	_____ m	Sol / genou / taille / épaule	_____
_____	_____ kg	_____ par heure	_____ m	Sol / genou / taille / épaule	_____
_____	_____ kg	_____ par heure	_____ m	Sol / genou / taille / épaule	_____
_____	_____ kg	_____ par heure	_____ m	Sol / genou / taille / épaule	_____

FACTEURS AGGRAVANTS OBSERVÉS

- ☐ Dos penché, torsion, bras éloignés du corps ou charge portée au-dessus des épaules
- ☐ Charge instable, chaude, froide, coupante, encombrante ou sans prise correcte
- ☐ Sol glissant, passage étroit, dénivélé, éclairage insuffisant ou température contraignante
- ☐ Cadence imposée, récupération insuffisante, travail seul ou distance importante
- ☐ Capacités individuelles, restrictions médicales ou situation nécessitant un aménagement à traiter avec le médecin du travail

La prévention et la formation pratique s'appliquent quel que soit le poids. Ne pas déduire un poids sûr d'un seul chiffre : l'analyse tient aussi compte de la fréquence, de la posture, de la distance, de l'environnement et du travailleur. Le port habituel de charges supérieures à 55 kg suppose en plus une aptitude médicale et ne peut jamais dépasser 105 kg ; ces deux valeurs ne constituent pas des seuils de sécurité. Toute douleur, difficulté, incident ou changement déclenche une nouvelle évaluation.

PLAN DE RÉDUCTION DE LA MANUTENTION

OBLIGATION + OUTIL CONSEILLÉ

RÉSULTAT OBLIGATOIRE : MANUTENTION ÉVITÉE, ÉVALUÉE ET RÉDUITE - FICHE PAR POSTE RPC
RECOMMANDÉE COMME PREUVE

RPC-SUP-036C

Privilégier la suppression du port manuel, puis les aides techniques et l'organisation avant les seules consignes gestuelles.

Priorité	Mesure étudiée	Décision retenue	Responsable	Échéance	Preuve / résultat
Supprimer	Livraison au point d'usage, transfert fermé, suppression d'une reprise				
Mécaniser	Diable, chariot, table élévatrice, lève-sac, convoyage ou aide adaptée				
Réduire la charge	Conditionnement, fractionnement ou limitation du niveau de remplissage				
Aménager	Hauteur de prise, rangement, largeur de passage, sol, éclairage				
Organiser	Fréquence, rotation, binôme, pauses, livraison, stockage				
Former / informer	Utilisation des aides, gestes propres à la tâche et signalement				

VALIDATION SUR LE POSTE RÉEL

ESSAI RÉALISÉ LE / AVEC

CHARGE ET CADENCE PENDANT L'ESSAI

AVIS DES UTILISATEURS : EFFICACITÉ, GÊNE RÉSIDUELLE ET AMÉLIORATION DEMANDÉE

MESURE EFFICACE : OUI / NON / À REVOIR

DATE DE NOUVELLE OBSERVATION

SALARIÉ(S) AYANT TESTÉ

Nom / qualité :

Date :

Signature :

EMPLOYEUR - MESURE VALIDÉE

Nom / qualité :

Date :

Signature :