



## AUTRES RISQUES

- Le risque chimique
- Le risque routier
- Le risque biologique
- Les RPS
- ...

Contactez votre service  
de Santé au Travail  
pour plus d'informations.



## AXE DE PRÉVENTION

Une démarche de prévention des risques liés à l'activité physique pourra aboutir à une transformation des situations de travail en agissant sur :

- **Le choix des outils de travail** : aspirateur, chariot, seau à presse, balais à manche télescopique
- **L'organisation du travail** : planification des interventions, travail en binôme, alternance des tâches, temps de récupération
- **Locaux dégagés** pour faciliter les interventions
- **La formation et l'information des salariés** : Prévention des Risques liés à l'Activité Physique



2, avenue du Professeur Alexandre  
MINKOWSKI  
37170 Chambray les Tours  
[www.apst37.fr](http://www.apst37.fr)



## L'ACTIVITÉ PROPRETÉ

### Les bons gestes et les bonnes postures

Les salariés du secteur propreté sont exposés à de nombreux risques professionnels et touchés par les Troubles Musculo-Squelettiques (TMS)

Les TMS représentent 93% des Maladies Professionnelles en Région Centre

## NETTOYAGE DES SOLS ET ASPIRATEUR

X



- Dos penché en avant
- Épaules surélevées
- Pieds joints

✓



- Matériel adapté
- Épaules basses
- Jambes écartées avec un pied décalé en avant

X



- Pieds serrés sur la même marche
- Pieds en déséquilibre
- Dos aux marches

✓



- Jambes écartées sur deux marches
- Faces aux marches

## PRÈS DU SOL

X



- Dos fléchi
- Épaules surélevées
- Jambes raides

✓



- Accroupi ou un genou au sol
- Épaules basses
- Le plus près possible de la surface à nettoyer

## NETTOYAGE DES SURFACES HORIZONTALES

X



- Se pencher sans appui
- Pieds joints
- Travailler éloigné de la surface à nettoyer

✓



- Prendre appui avec la main libre
- Jambes écartées et légèrement fléchies
- Un pied décalé en avant

## NETTOYAGE DES VITRES

X



- Bras tendu
- En déséquilibre
- Loin de la vitre

✓



- Manche télescopique et léger
- Pieds écartés avec un pied en avant ou fente latérale
- Prendre appui avec la main libre

## SANITAIRES

X



- Pieds serrés
- Dos courbé

✓



- Pieds encadrant les toilettes
- Genoux légèrement fléchis
- Appui de la main libre

## PORT DU SEAU

X



- Dos fléchi
- Prise du seau sur un côté
- Jambes raides

✓



- Dos droit et jambes fléchies
- Prise du seau entre les pieds
- Appui de l'autre main

Légende :



À éviter



À privilégier

