

Troubles musculosquelettiques

VOTRE TRAVAIL COMPORTE-T-IL DES RISQUES DE TMS ?

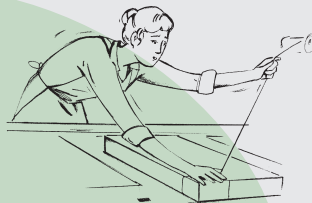
Postures fatiguantes ou inconfortables



Je travaille les bras
au-dessus de la tête.



Je tords mon poignet
pour manier un outil.



Je m'étire pour
saisir des objets.

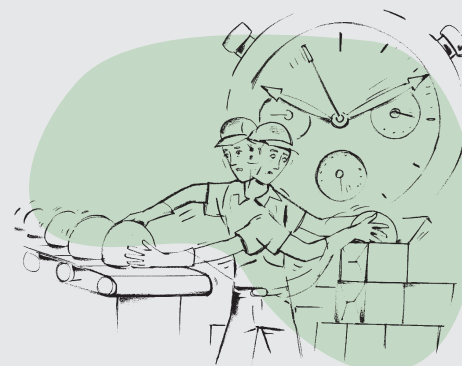


Je garde le dos
courbé, la tête
penchée.



J'effectue des torsions du tronc.

Gestes répétitifs



Je répète toujours les mêmes gestes en
suivant le rythme de la chaîne de production.

Travail au froid



Je grelotte et je suis crispé(e) parce
que la température est froide.

N'attendez pas d'avoir mal pour en parler !

Des ressources à votre service :

- Comité de santé et sécurité ;
- Ressources en ergonomie ;
- Association sectorielle paritaire ;
- Réseau de santé publique en santé au travail ;
- Bureau de la CNESST de votre région.

Commission des normes, de l'équité,
de la santé et de la sécurité du travail

cnesst.gouv.qc.ca/manutention

CNESST

Troubles musculosquelettiques

VOTRE TRAVAIL COMPORTE-T-IL DES RISQUES DE TMS ?

Efforts musculaires



Je tire ou pousse des charges lourdes.

Je soulève des charges lourdes ou encombrantes.

Chocs



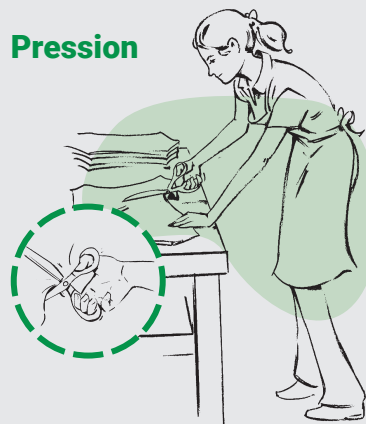
J'utilise mes mains comme marteau.

Vibrations



J'utilise un outil qui vibre.

Pression



Je ressens de la pression et du frottement sur certains points de mon corps.

N'attendez pas d'avoir mal pour en parler !

Des ressources à votre service :

- Comité de santé et sécurité ;
- Ressources en ergonomie ;
- Association sectorielle paritaire ;
- Réseau de santé publique en santé au travail ;
- Bureau de la CNESST de votre région.

Commission des normes, de l'équité,
de la santé et de la sécurité du travail

cnesst.gouv.qc.ca/manutention

CNESST