

Manutention manuelle des matériaux (MMM)

MMM - Lever et déplacer des objets lourds

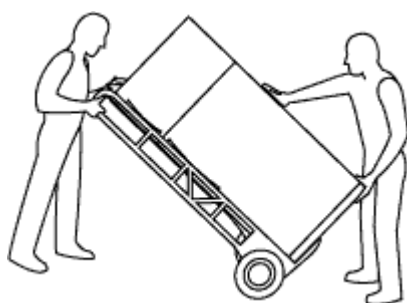
Sur cette page

[Quel équipement dois-je utiliser pour m'aider à lever ou à déplacer des objets lourds?](#)

Quel équipement dois-je utiliser pour m'aider à lever ou à déplacer des objets lourds?

Lors du déplacement ou du levage d'objets lourds, choisir l'équipement adapté à la tâche à accomplir pour réduire la manutention, accroître la sécurité et améliorer l'efficacité de l'action. Les outils couramment utilisés et leurs applications sont présentés ci-dessous.

- Utiliser un chariot, un chariot plat, un diable ou un chariot à roulettes.
- Envisager d'utiliser des chariots munis de freins à main pour un meilleur contrôle dans les pentes ou des chariots motorisés pour les escaliers.
- Utiliser au besoin des chariots conçus à des fins précises (p. ex. pour retenir des cylindres).



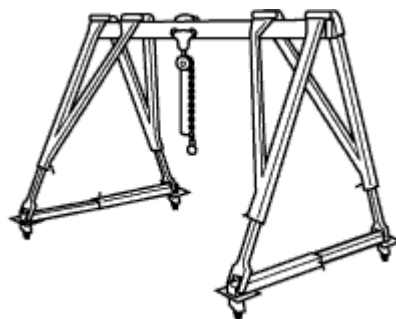
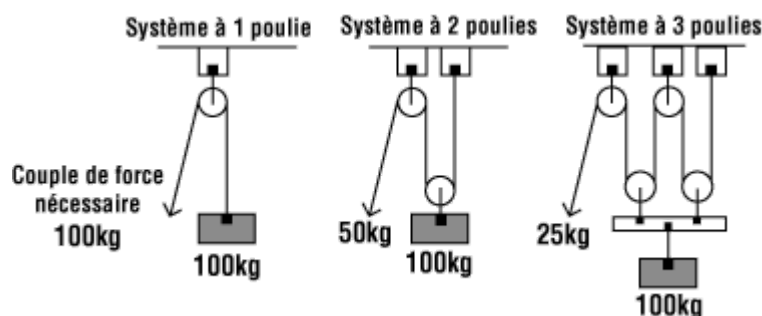
Transpalettes et chariots élévateurs

- Utiles pour soulever et déplacer des palettes ou d'autres charges à base plate.
- Les transpalettes conviennent à la manutention manuelle dans les entrepôts.

- Les chariots élévateurs sont idéaux pour les grosses charges et offrent une capacité de levage plus élevée.
 - Consulter la fiche d'information Réponses SST [Chariot élévateur à fourche](#) pour plus d'information.

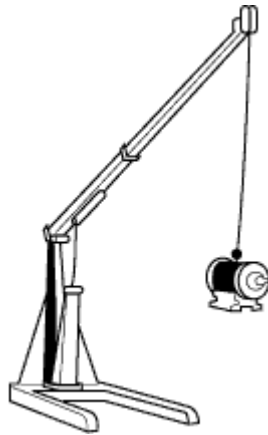
Systèmes de poulies

- Utilisés pour les levages verticaux.
- Choisir un système de levage à poulies multiples en fonction du poids des objets à soulever.
- L'utilisation de plusieurs poulies permet de répartir le poids et de réduire la force nécessaire pour soulever des charges lourdes.
- L'utilisation de plusieurs poulies permet de répartir le poids et de réduire la force nécessaire pour soulever des charges lourdes.
- L'utilisation de plusieurs poulies permet de répartir le poids et de réduire la force nécessaire pour soulever des charges lourdes.
- Monter une poulie sur un cadre mobile pour soulever et déplacer des charges lourdes à la fois verticalement et horizontalement.



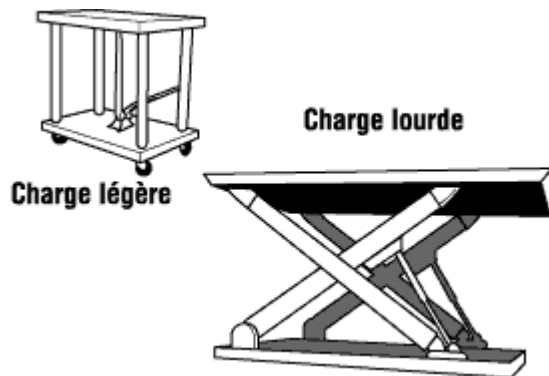
Treuils portatifs de hissage et grues d'atelier

- Utiliser un treuil portatif de hissage ou une grue d'atelier pour soulever et déplacer des objets lourds.
- Conçus pour le levage vertical de charges lourdes, comme de la machinerie ou des outils.
- Les types incluent les palans à chaîne électriques, pneumatiques ou manuels.
- Peuvent être combinés à des aimants de levage au besoin.
- Ne jamais se placer ou placer d'autres personnes sous une charge suspendue.



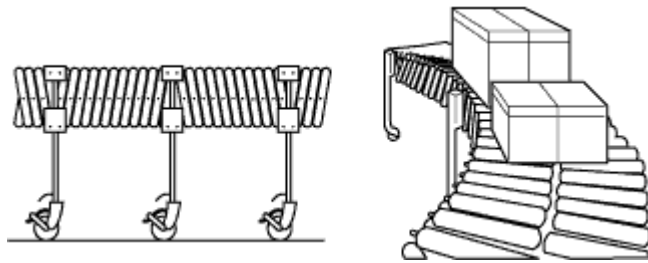
Tables élévatrices

- Idéales pour soulever des objets dans des zones de travail à niveau.
- Sélectionner la table élévatrice en fonction du poids et de la taille de la charge prévue.



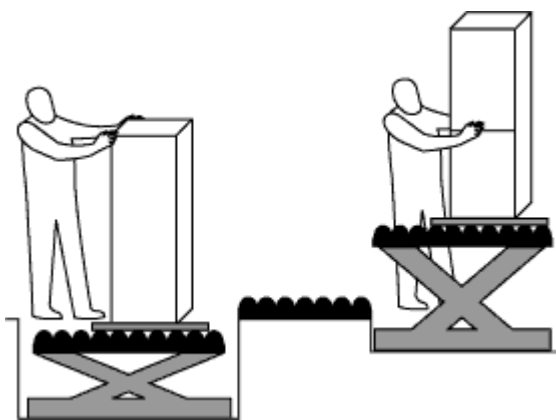
Transporteur portable

- Utile pour le déplacement de matériaux sur de longues distances.
- Verrouiller les roues avant son utilisation afin d'en assurer la stabilité.



Combinaison de tables élévatrices et de rouleaux

- Combiner ces outils pour permettre le déplacement horizontal et vertical des matériaux.
- Utiliser des dispositifs de retenue, des sangles ou d'autres moyens de contrôle pour éviter tout déplacement imprévu de la charge.



Exosquelettes et dispositifs portables

- Les dispositifs portables permettent de réduire l'effort physique déployé.
 - Consulter la fiche d'information Réponses SST [Exosquelettes](#) pour plus d'information.

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2025-08-11

Avertissement

Bien que le CCHST s'efforce d'assurer l'exactitude, la mise à jour et l'exhaustivité de l'information, il ne peut garantir, déclarer ou promettre que les renseignements fournis sont valables, exacts ou à jour. Le CCHST ne saurait être tenu responsable d'une perte ou d'une revendication quelconque pouvant découler directement ou indirectement de l'utilisation de cette information.