

# Échelles

## Échelles - Monter et descendre en toute sécurité

### Sur cette page

[Que doit-on faire avant d'utiliser une échelle?](#)

[Que devez-vous faire pour monter ou descendre d'une échelle?](#)

[Que doit-on éviter de faire lorsqu'on monte sur une échelle ou en descend?](#)

[Y a-t-il d'autres conseils à suivre pour travailler sur des échelles ou à proximité de celles-ci?](#)

---

### Que doit-on faire avant d'utiliser une échelle?

Déterminez si une échelle est le bon dispositif à utiliser dans la situation. Votre évaluation doit tenir compte de l'état du sol et de la zone à atteindre, de la hauteur du travail, du type de tâche à effectuer, ainsi que de la présence d'autres dangers.

Déterminez le type d'échelle le plus approprié. Inspectez toujours l'échelle avant de l'utiliser, et installez-la correctement. Lisez les étiquettes de sécurité et les instructions du fabricant, car elles contiennent des renseignements précis sur l'utilisation sécuritaire de cette échelle. Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter les autres fiches d'information Réponses SST sur les [échelles](#).

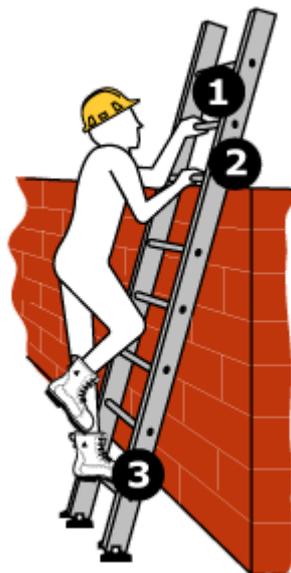
---

### Que devez-vous faire pour monter ou descendre d'une échelle?

Assurez-vous toujours que l'échelle est correctement attachée ou fixée avant de l'utiliser, et qu'elle est placée sur une surface plane, stable et non glissante. Lorsque vous montez ou descendez, vous devez toujours :

- Vous tenir face à l'escabeau ou l'échelle.
- Maintenir votre corps au centre des montants.

- Maintenir en tout temps trois (3) points de contact avec l'échelle, soit deux mains et un pied, soit les deux pieds et une main.
- Vous y agripper fermement.
- Vous assurer que vos chaussures sont en bon état.
- Nettoyer vos chaussures en enlevant la boue, l'eau, la neige, la glace ou la graisse.
- Placer les pieds fermement sur chaque barreau.
- Porter, le cas échéant, des chaussures à talons pour vous aider à empêcher le pied de glisser vers l'avant.
- Vous assurer de ne pas monter trop haut dans l'échelle.
- Si vos genoux sont au-dessus de la partie supérieure de l'échelle ou s'il vous est impossible de vous agripper à l'échelle, vous savez que vous avez monté trop haut.
- Monter ou descendre les outils et le matériel à l'aide d'un treuil, d'un câble à main, d'un seau ou d'un autre dispositif.
- Faire attention lorsque vous vous approchez des verrous si vous utilisez une échelle à coulisse, car les verrous obstrueront une partie du barreau.
- Ne laisser qu'une seule personne à la fois sur une échelle, dans la plupart des cas. Il faut attendre que l'échelle se libère avant qu'une autre personne puisse l'utiliser.
- Demander à une deuxième personne de tenir le bas d'une longue échelle, surtout lorsqu'il s'agit de fixer ou de détacher une échelle à coulisse.
- Utiliser les dispositifs de sécurité appropriés au besoin (p. ex. ceinture de travail, [dispositif antichute](#), etc.). Vérifier auprès de votre [province ou territoire](#) les exigences à respecter lorsque vous [travaillez à une hauteur](#) de près de 3 mètres (10 pieds) ou plus.
- Vous assurer que les harnais ou les attaches ne vous empêchent pas de vous déplacer en toute sécurité sur l'échelle.



Contact en trois points

---

## Que doit-on éviter de faire lorsqu'on monte sur une échelle ou en descend?

- Ne pas se précipiter et ne pas se laisser glisser sur l'échelle pour en descendre.
- Ne pas sauter de l'échelle. Maintenir un bon appui sur les pieds avant d'entreprendre la descente.
- Ne pas transporter d'outils ou de matériaux dans une main en grimant.
- Ne pas porter de vêtements amples, de bijoux ou tout autre objet pouvant s'accrocher pendant la montée.

---

## Y a-t-il d'autres conseils à suivre pour travailler sur des échelles ou à proximité de celles-ci?

Autres conseils :

- Si vous travaillez près d'installations électriques, ne pas utiliser d'échelle en aluminium. Suivre les directives de votre province ou territoire quant aux distances recommandées pour chaque niveau de tension électrique qui peut être présent.
- Installer des panneaux
- Travailler à partir du centre de l'échelle. Si vous ne pouvez pas atteindre la zone visée, descendre de l'échelle et la déplacer.
- Ne pas déplacer un escabeau et ne pas le faire « marcher » pendant que vous vous trouvez sur celui-ci.

- Ne pas utiliser d'outils qui exigent un grand effet de levier (comme un levier ou une barre-levier), car ce mouvement peut vous faire perdre l'équilibre ou causer une chute.
- Ne pas utiliser la partie supérieure ou la tablette de l'escabeau pour vous appuyer, pour monter ou pour vous asseoir.
- Ne pas se tenir sur le dessus d'un escabeau ou sur l'une des deux marches (ou barreaux) supérieures de l'escabeau.
- Ne pas permettre à une autre personne de travailler sous l'échelle.
- Ne pas utiliser une échelle par vents forts ou par mauvais temps extrême.
- S'assurer que tous les travailleurs susceptibles de monter sur une échelle reçoivent une formation adéquate.

---

Date de la première publication de la fiche d'information : 2019-01-14

Date de la dernière modification de la fiche d'information : 2025-04-15

## **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.