

# Attention en hauteur

Quiz en ligne! Obtiendrez-vous un score de 5/5?

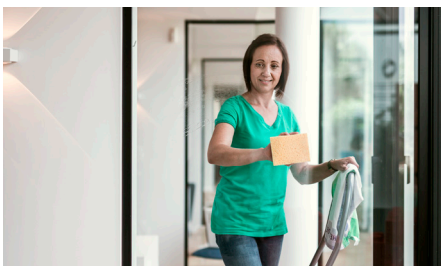
poetsbureau.be

het  
poets  
bureau  
by glowi



## Utilisation correcte de l'escabeau

- ✓ Utilisez toujours un escabeau avec une poignée ou un support, 3 marches max., des pieds antidérapants et des marches antidérapantes. Ne pas utiliser d'échelles endommagées.
- ✓ Assurez-vous que les marches sont propres et exemptes de graisse. Ne laissez pas de chiffons sur les marches.
- ✓ Placez l'escabeau sur une surface stable et jamais sur une table.
- ✓ Dépliez complètement l'échelle. N'utilisez jamais l'échelle pliée.
- ✓ Ayez toujours 3 points de contact avec l'escabeau : placez vos 2 pieds sur les marches et une main sur la barre d'appui.
- ✓ Porter des chaussures appropriées : pas de tongs, de chaussures ouvertes ou à semelles glissantes.

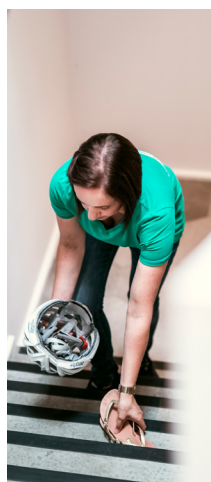


## Être vigilant dans l'escalier

- ✓ Allumez toujours la lumière lorsque vous montez ou descendez les escaliers.
- ✓ Passer l'aspirateur dans les escaliers ? Utilisez de préférence un aspirateur à main ou un dépoussiéreur.



- ✓ Supprimer les obstacles sur les escaliers avant de les monter.
- ✓ Tenez toujours la main courante d'une seule main. Cela vous donne un soutien supplémentaire et vous évite de tomber.



! Ne vous laissez pas distraire dans les escaliers. Les escaliers ne servent pas à rattraper le temps perdu, à appeler ou à envoyer des SMS,...

! Évitez autant que possible de déplacer des objets dans les escaliers et utilisez toujours la rampe. Seuls les objets faciles à manipuler et qui ne gênent pas la vision peuvent être transportés dans les escaliers. Lorsque vous déplacez un aspirateur vers le haut ou vers le bas, gardez toujours une main sur la rampe.



✓ Signalez au client tout défaut dans les escaliers, pour votre propre sécurité et celle du client.

# Postures et actions dangereuses en hauteur

**! Ne sortez pas des fenêtres et ne restez pas sur le rebord d'une fenêtre pour nettoyer les vitres.**



**! Gardez toujours les deux pieds sur l'échelle et n'allez pas trop loin pour nettoyer quoi que ce soit. Placez l'escabeau à distance de bras au maximum.**



**! Ne vous mettez jamais debout sur la barre de soutien de votre escabeau, des armoires, des radiateurs, des tables ou des chaises.**



**! Descendez les escaliers lentement et faites attention à la dernière marche. Ne pas sauter la dernière étape.**

**! Une main courante n'est pas destinée à être glissée, assise, accrochée ou à recevoir des objets.**

**! Ne montez pas les escaliers et faites toujours chaque pas. Ne sautez aucune étape.**



**! Ne sautez jamais de l'échelle, même si ce n'est qu'un pas.**

