



BANC DE REPOS

Le banc de repos est disponible aux caisses et peut être utilisé par tous les employés qui le souhaitent. Cependant, il est disponible en priorité pour les femmes enceintes et les personnes ayant une pathologie particulière.

Le banc est conçu pour s'appuyer momentanément afin de diminuer les contraintes appliquées aux articulations des chevilles, des genoux, des hanches et de la colonne vertébrale. Il réduit donc la fatigue musculaire lors d'une tâche nécessitant une longue période en position debout. Le banc de repos doit être utilisé entre les clients afin de permettre une variation de posture et des périodes de récupération. L'idée est d'alterner entre la position de repos et la position debout.

En aucun cas un employé ne peut effectuer une transaction tout en étant appuyé sur le banc de repos. **Cette action est à proscrire.** Les différents aménagements des comptoirs-caisses, jumelés à l'utilisation du banc de repos, entraînent des contraintes posturales susceptibles d'engendrer des blessures. L'utilisateur, étant éloigné des objets à manipuler, se voit obligé d'effectuer une flexion de l'épaule, l'éloignant ainsi de sa tâche. De plus, le maintien de la position assise sur le banc de repos accentue la courbure au niveau du dos (dos de chart), position pouvant augmenter le risque de blessure.

COMMENT L'AJUSTER?

L'ajustement du siège s'effectue via les deux manettes. La manette de devant permet d'ajuster la hauteur du banc. La hauteur de celui-ci doit être ajustée afin de soutenir le corps par une légère élévation du bassin, tout en maintenant une légère flexion au niveau des genoux. Quant à la seconde manette, dans la portion arrière de l'assise, elle permet d'ajuster l'inclinaison du siège. L'assise doit être inclinée afin d'éviter la position assise et favoriser un alignement optimal de la colonne vertébrale.

REGARDER LA VIDÉO SUR ESPACE FORMATION

Vous pouvez consulter la capsule **RV212** sur espace formation pour de plus amples informations relativement à l'ajustement du banc.

Saviez-vous que ...

« Des chaises ou des bancs doivent être mis à la disposition des travailleurs lorsque la nature de leur travail le permet » - Règlement sur la santé et la sécurité du travail, (2001) 133 G.O. II, 5020 [R.R.Q., c.S-2.1, r. 19.01].

