OPPBTP
PUBLICATION

| MÉMO |

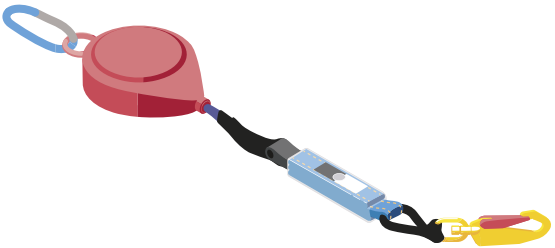
PORTER EFFICACEMENT SON HARNAIS DANS UNE PEMP EN 9 ÉTAPES

preventionbtp.fr

4 OPTIONS D'ARRÊT DE CHUTE

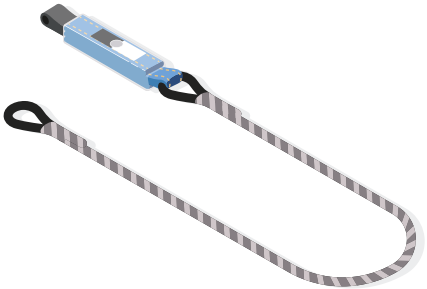
- **Option 1 :**

  Antichute à rappel automatique, qui doit être approprié à l'utilisation dans une plateforme élévatrice mobile de personnel (PEMP), notamment lorsqu'il est prévu de positionner l'enrouleur en position basse.



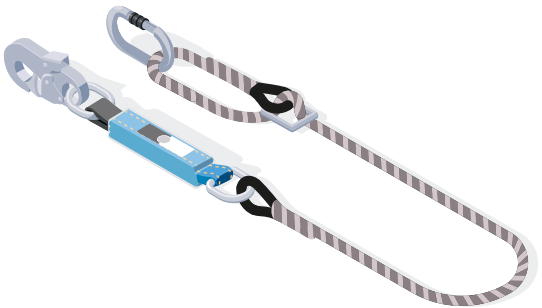
- **Option 2 :**

  Longe courte avec absorbeur, dont la longueur doit être choisie en fonction de la position du point d'ancrage, de la taille de la plateforme et de la morphologie de l'opérateur afin que ce dernier ne puisse pas être éjecté par dessus le garde-corps.



• Option 3 :

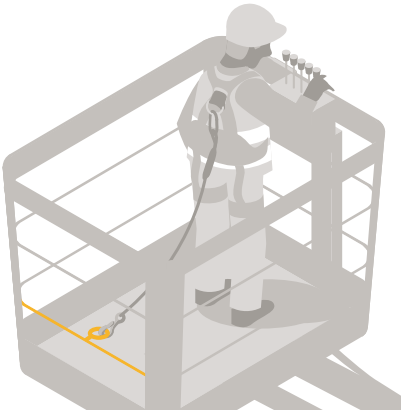
Longe réglable avec absorbeur, dont la longueur doit être soigneusement ajustée en fonction de la position du point d'ancrage, de la taille de la plateforme et de la morphologie de l'opérateur, afin que ce dernier ne puisse pas être éjecté par dessus le garde-corps.



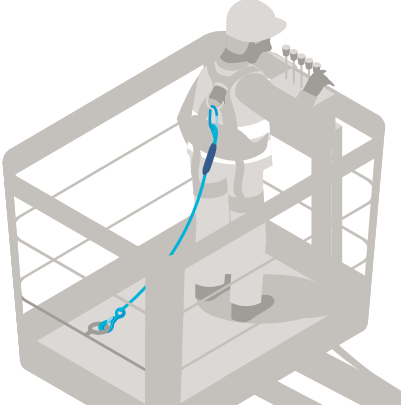
• Option 4 :

Longe double avec absorbeur (respecter les prescriptions d'utilisation), notamment sur les plateformes de grandes dimensions qui nécessitent des déplacements importants.

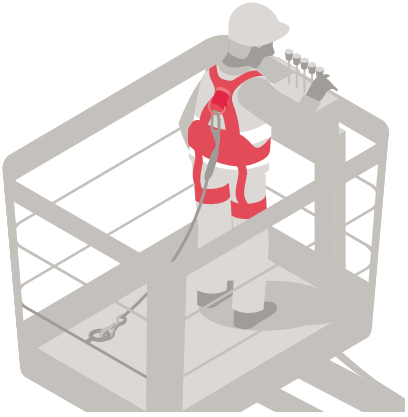
3 ÉLÉMENTS ESSENTIELS D'UN SYSTÈME DE PROTECTION INDIVIDUELLE CONTRE LES ÉJECTIONS



Le point d'ancrage



La liaison antichute (longe et connecteurs)



Le maintien du corps (harnais)

Veillez à utiliser le point d'ancrage indiqué par le fabricant de la PEMP !

COMMENT AJUSTER VOTRE HARNAIS ANTICHUTE ?

• Étape 1

Avant de commencer, videz vos poches.
En cas de chute, les objets se trouvant dans les poches peuvent se coincer entre les sangles du harnais et votre corps, provoquant potentiellement des blessures.

• Étape 2

Consultez toujours les instructions d'utilisation fournies avec le harnais pour savoir comment l'ajuster et le régler correctement.

Contrôlez l'étiquette et la date de vérification.

Vérifiez l'état des sangles, des anneaux et des coutures.

Étape 3

Tenez le harnais par le point d'accrochage dorsal positionné sur la plaque d'absorption.

Assurez-vous que les sangles ne sont pas entortillées.

Étape 4

Passez les bras dans le harnais pour le placer sur les épaules.

Assurez-vous que les sangles ne sont pas emmêlées.

Étape 5

Placez la main entre vos jambes et saisissez la cuissarde sur votre gauche.

Remontez la sangle entre vos jambes et fixez-la à la boucle sur votre gauche.

Fixez la cuissarde droite de la même manière pour un ajustement correct des jambes.

Étape 6

Fixez la boucle de la sangle thoracique à la boucle opposée.

À noter :

Si votre modèle dispose d'une ceinture, attachez la boucle de la ceinture à la boucle opposée correspondante.

Étape 7

Ajustez parfaitement les sangles d'épaule avec les systèmes de réglage vertical du torse (sur les modèles applicables).

Centrez le point d'accrochage dorsal entre vos omoplates.

Étape 8

Ajustez correctement la sangle au niveau des cuisses :

Si vous ne pouvez pas passer votre main sous la sangle de jambe : c'est trop étroit !

Si vous pouvez passer votre poing sous la sangle de jambe : c'est trop large !

Si vous pouvez passer seulement votre main sous la sangle de jambe : c'est correct !

Vérifiez que le positionnement du harnais est correct en faisant des mouvements de torsion, en vous penchant et en levant les bras.

Étape 9

Vérifiez les autres EPI. Vous êtes prêt(e) !

Un harnais antichute ajusté et mis en place correctement répartit efficacement les forces lors de l'impact dans tout votre corps et fournit un soutien adapté en cas de suspension et de sauvetage consécutifs à une chute.

Scannez le QR code pour visionner les étapes en vidéo sur notre chaîne YouTube !

OPPBTP

Organisme Professionnel de Prévention du Bâtiment et des Travaux Publics

Retrouvez toutes les publications sur

preventionbtp.fr

Réf. : B7 H 03 23 – ISBN : 978-2-7354-0529-9
Edition : juin 2023 – Dépôt légal : juin 2023

Illustrations : Idix
Photos : OPPBTP