



## VIA PRÉVENTION

Le déneigement du véhicule et le déglacage des marches sont des tâches qui peuvent s'avérer exigeantes du point de vue musculosquelettique.



Photo : Sabina Samperi

### Déneiger le véhicule

Pour nettoyer les feux intermittents et les fenêtres du véhicule, utilisez un balai ayant un manche suffisamment long.



Photo : Sabina Samperi

Pour casser la glace, utilisez le manche à balai ou une petite pelle en métal. Il vous permet de travailler avec les bras moins soulevés et de réduire la fatigue au niveau des épaules.

Dans certaines cours, il y a un poste de déneigement pour déneiger le toit des véhicules. Utilisez ces installations qui permettent d'être bien positionné pour pousser la neige ou pour casser la glace.



Photo : Sabina Samperi



Photo : Eric Mclean

### Déglacer les marches

Le déglacage des marches est une activité effectuée régulièrement durant la saison

hivernale. Pour casser la glace, utilisez le manche à balai ou une petite pelle en métal. Pour garder une bonne posture lorsque vous cassez la glace sur les marches, privilégiez l'utilisation d'une pelle avec un manche plus long.

Si votre pelle a un manche court, pliez les genoux lors du déglacage des marches.



Photo : Sabina Samperi