



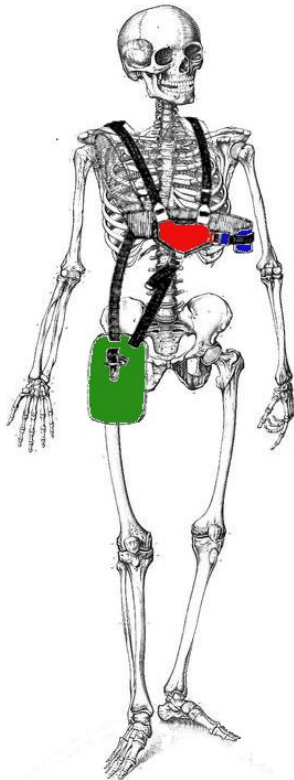
**CONSEIL
GENERAL**
BOUCHES-DU-RHÔNE



Le débroussaillage manuel

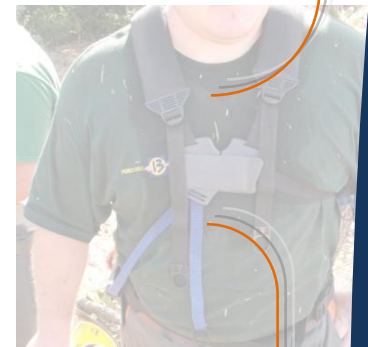
- **Principes de prévention**
- **Bonnes pratiques**
- **Savoir-faire de prudence**

REGLAGE DU HARNAIS



Le réglage du harnais assure un **maintien homogène** de l'outil et s'avère **capital pour l'équilibre de l'ensemble homme-débroussailleuse**.

1. Réglage des sangles d'épaules pour positionner la **plaque pectorale contre le bas du sternum (en rouge)**.
2. Serrage de la sangle pectorale. Obtenir une **tension homogène** pour l'ensemble des sangles (**en bleu**).
3. Positionner la plaque fémorale : le crochet de fixation doit être **10cm sous l'os de la hanche (en vert)**.



L'AJUSTEMENT DE LA DEBROUSAILLEUSE L'ADEQUATION OUTIL/TRAVAIL

Le harnais possède plusieurs crans de fixation pour la débroussailleuse.

Pour le choix du cran, l'objectif est que l'outil soit équilibré et que la tête soit située à 10-15 cm du sol.

Pour le choix du bon outil de coupe : le type de couteau-roncier employé doit être adapté à la végétation à broyer.



↕ 10 à 15 cm



CONNAÎTRE LA POSTURE DE REFERENCE :

Un ajustement correct du harnais permet d'éviter des douleurs et des blessures par friction aux épaules.

De plus, une orientation adéquate du guidon permet une position idéale du corps, diminue les fatigues corporelles et facilite le contrôle de la débroussailleuse.



Au niveau des épaules :

L'angle que font les bras avec le haut du corps ne doit pas excéder 30 degrés.

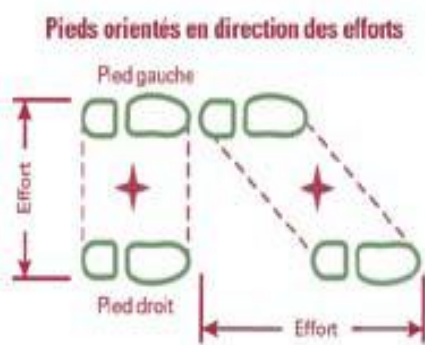
Au niveau des coudes :

Il faut ajuster les poignées de manière à obtenir un angle d'environ **120 degrés** entre le bras et l'avant-bras. Optimiser l'écartement du guidon par « l'effet de balancier » pour éviter les rotations de gauche à droite (torsion lombaire).

Au niveau des poignets :

La poignée de « commande des gaz » doit être ajustée de façon à **maintenir le poignet en ligne droite** avec l'avant-bras.

ASSURER SON EQUILIBRE ET PRESERVER SON DOS LORS DES MOUVEMENTS :



Le relief et les conditions de terrain exigent continuellement des débroussailleurs **un bon équilibre**. La distance comprise **entre les pieds d'un individu doit être suffisante**, c'est ce qu'on appelle la base de support. Le poids du corps doit se situer au centre de la base de support.

On doit donc travailler les bras près du corps et le dos droit. Il est également recommandé que les pieds soient orientés en direction de l'effort à effectuer.

Savoir anticiper l'inclinaison et le relief du terrain : **éviter de débroussailler en descente**.

Le débroussilleur doit **utiliser la flexion légère des genoux, ce qui permet d'éviter la flexion ou pire, l'extension du dos**.

Pour limiter les mouvements contraignants des épaules et la torsion du dos, il faut favoriser la flexion des coudes et utiliser au maximum le mouvement de pivot au point d'attache du harnais de la débroussailleuse.

Effectuer un repérage préalable de la végétation à traiter avant de choisir l'outil de coupe adapté :

- couteau roncier pour herbacées / graminées
- disque à dents pour bois ligneux



SENETYS

GRUPE PREVIA

ATLANTICA 1 - Bat C - 5ème étage
75, rue des Français Libres 44200 NANTES
Tél : 02 40 84 25 94 Fax : 02 40 84 25 26
contact@previa.fr - www.pprevia.fr
RCS NANTES 442 033 965



**CONSEIL
GENERAL
BOUCHES-DU-RHÔNE**