



**CONSEIL  
GENERAL**  
BOUCHES-DU-RHÔNE



## L'utilisation de la perche élagueuse

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

Modèle  
Rigide



Modèle  
Télescopique



### PERCHE FIXE OU TÉLÉSCOPIQUE ?

Le choix du bon outil permet de diminuer les contraintes et de minimiser les risques.

- Modèle de perche à moteur solidaire

Perche Rigide	Perche Télescopique
5,7 Kg	7,8 Kg
Coupe jusqu'à 3,20m	Coupe jusqu'à 5m
Longueur (bras de levier) 2,1m	Longueur (bras de levier) jusqu'à 3,9 m

Les dimensions des deux perches sont très différentes. Le choix du modèle à utiliser doit s'effectuer en fonction de la hauteur des branches à élaguer.

### L'ADÉQUATION TÂCHE-OUTILS

L'utilisation de la perche télescopique est beaucoup plus contraignante que celle du modèle rigide.

Si hauteur branche < 3,20m alors utilisation de la perche rigide

Si hauteur branche > 3,20m alors utilisation de la perche télescopique

Lorsque les branches à couper sont situées à **moins de 3,20m**, elles sont **abordables avec le modèle rigide** tout en gardant une posture correcte.



## CONNAÎTRE LA POSTURE DE REFERENCE :

Le choix et le réglage de l'outil permettent d'adopter une posture correcte lors de la coupe d'une branche. L'opérateur doit être positionné de « trois quart » face à la branche.

La partie de l'outil située entre les 2 mains doit être placée le plus près possible du corps.



Au niveau des épaules :

Le bras droit doit être **placé le long du corps**, le bras gauche est **légèrement fléchi**

Au niveau des mains :

Les mains sont distantes de 40 à 50 cm l'une de l'autre sur la perche. **La section de perche située entre les deux mains doit être maintenue la plus proche possible de l'axe du corps**

Au niveau de la perche:

La perche doit faire **un angle avec le sol de 45° à 60°**.

## CONSEILS PRATIQUES :

- Anticiper les paramètres extérieurs : météo, relief.
- Eviter de réaliser un élagage face au vent pour prévenir les projections de copeaux et de poussières dans les yeux.
- Traiter les branches de gros diamètre en procédant aux coupes de l'extrémité jusqu'à la base des branches.
- Se positionner en fonction de la branche et de l'inclinaison du terrain.
- Ne pas faire reposer l'outil sur la branche à sectionner pour éviter d'avoir à compenser la chute de l'outil de coupe par un mouvement brutal des bras et du dos.

## PREVENIR LA FATIGUE MUSCULAIRE ET LES DOULEURS CERVICALES :

### Contrôler les amplitudes articulaires

Lorsque les postures adoptées sont contraignantes pour **les muscles du cou et des épaules**, des douleurs dans cette zone sont souvent ressenties.

L'extension du cou est proportionnelle à l'orientation de la perche. **Bien orienter sa perche c'est se protéger des douleurs.**

Les contraintes dans le haut du dos sont proportionnelles à l'élévation du bras gauche. **Conserver la perche au plus près de l'axe du corps diminue la pénibilité ressentie en haut du dos.**



### Prévenir l'effet de bras de levier

Plus la perche est « à plat » et plus le mat télescopique est sorti, plus l'effet de bras de levier de l'outil sur l'agent est important.

Un bras de levier trop important entraîne un déséquilibre du corps et nécessite un effort des muscles du dos plus important pour maintenir la posture.

**L'effet de bras de levier augmente avec les contraintes et entraîne des douleurs dans le cou et le haut du dos.**

