



Folosește-ți forța picioarelor în poziție flexionată, și astfel vei putea să-ți menții coloana vertebrală dreaptă.



RISCURI POSIBILE

- Suprasolicitare.
- Striviri.
- Lovituri cu diverse obiecte.
- Căderi pe orizontală.
- Căderi pe verticală.
- Strivirea membrilor superioare și inferioare.
- Tăieturi.



Instituto Regional de Seguridad
y Salud en el Trabajo
CONSEJERÍA DE EMPLEO Y MUJER

Comunidad de Madrid

Instituto Regional de Seguridad y Salud en el Trabajo
C/ Ventura Rodríguez, nº 7. 28008 Madrid
Teléfono: 900 713 123 Fax: 914 205 808
www.madrid.org



INFORMAȚII ASUPRA RISCURILOR DE MUNCĂ ȘI PREVENIREA LOR

MANIPULAREA MANUALĂ A ÎNCĂRCĂTURILOR



La Suma de Todos



Comunidad de Madrid



Se vor utiliza mijloacele auxiliare potrivite pentru ușurarea transportului de materiale.



Menajează-ți spinarea!

Coloana vertebrală este axa corpului tău.



Nu uita să ai întotdeauna o poziție corectă.

AI GRIJĂ DE EA!



La mânuirea și montarea bordurilor genunchii vor fi protejați cu genunchiere.

