

人工搬运

Manual Handling

背部、颈部及肋部是最易受伤的部位！

The most common injuries in the workplace are to the back, neck and ribs!



1 避免任何可能的徒手搬运。

Avoid handling loads wherever possible.

2 使用提供的手推车。

Use the trolleys provided.

3 搬运前应预估负载的重量。

Assess the load before you handle it.

4 分批搬运负荷大的物品。

Break up a large load.

5 在必要的情况下寻求帮助。

Ask for help if you need it.

6 保持走道的整洁。

Keep walkways clear.

7 搬运时需弯曲膝盖。

Bend your knees.

Name	Signature	Date	Name	Signature	Date

Doc No: 0738
(Chinese)

简单
安全

