

# Sveitata ir sauga mažmeninėje prekyboje

Health & Safety for Retail

## Rankinis darbas yra trečdalis nelaimingų atsitikimų darbo vietoje priežastis!

Manual handling causes one third of all accidents in the workplace!



## Rankinis darbas

Manual Handling

- 1 Venkite nešioti krovinius, kai tik įmanoma.  
Avoid handling loads whenever possible.
- 2 Užtikrinkite, kad praėjimai būtų atviri.  
Keep walkways clear.
- 3 Naudokitės suteiktomis mechaninėmis priemonėmis, pavyzdžiui, vežimėliu arba padėkliniu vežimėliu.  
Use mechanical aids provided, for example, a trolley or pallet truck.
- 4 Praneškite apie bet kokius susirūpinimą keliančius rankinio darbo aspektus.  
Report any manual handling concerns that you have.
- 5 Didelį krovinį padalinkite.  
Break up a large load.
- 6 Pasitelkite pagalbą, kai turite sunkius, aštrius arba nepatogius krovinius.  
Get help with heavy, sharp or awkward loads.
- 7 Sulenkite kelius.  
Bend your knees.

## Paslydimai, suklypimai ir nukritimai

Slips, Trips and Falls

- 1 Užtikrinkite, kad grindys ir priėjimo keliai būtų atviri.  
Keep floors and access routes clear.
- 2 Nesukurkite jokių pavojų paslysti arba suklypti.  
Do not create any slip or trip dangers.
- 3 Neleiskite kauptis atliekomis.  
Do not let waste build up.
- 4 Nedelsiant pažymėkite išsipylimo ir šlapias vietas.  
Mark spills and wet areas immediately.
- 5 Praneškite apie kyšančius laidus, nelygius praėjimus ir prastą apšvietimą.  
Report trailing cables, uneven walkways and poor lighting.
- 6 Praneškite apie arba pašalinkite praėjimuose numestus daiktus.  
Report or remove loose objects on walkways.
- 7 Nebėkite - atidžiai žiūrėkite kur einate.  
Don't run - pay attention to where you are going.



## Virš 5000 žmonių kasmet susižeidžia šiame sektoriuje!

Over 5,000 people get injured every year in this sector!



## Įpjovimai

Cuts

- 1 Nenaudokite peilio, jei nebūtina.  
Don't use a knife unless you have to.
- 2 Visada pjaukite nuo savęs.  
Always cut away from you.
- 3 Naudokite darbui tinkamą peilį.  
Use the right knife for the job.
- 4 Saugokite peilius saugioje vietoje.  
Store knives in a safe area.
- 5 Nepalikite peilių viešose vietose.  
Don't leave knives in public areas.
- 6 Prieš naudojimą patikrinkite peilį arba kitą pjovimo įrankį, ar šis nėra pažeistas.  
Inspect the knife or cutting tool for damage before you use it.
- 7 Nenaudokite atšipusių geležčių.  
Don't use blunt blades.

## Krentantys daiktai

Falling Objects

- 1 Venkite sandėliuoti sunkius daiktus aukščiau pečių lygio.  
Avoid storing heavy items above shoulder level.
- 2 Sunkius ir nestabilius daiktus sandėliuokite kuo arčiau žemės.  
Store heavy and unstable items close to the ground.
- 3 Neperkraukite lentynų.  
Don't overload shelving.
- 4 Prekes sudėkite kuo giliau į sandėliavimo skyrius.  
Place stock far back into the storage units.
- 5 Nuolat tikrinkite sandėliavimo vietą ir praneškite apie bet kokius pažeidimus.  
Inspect the storage area regularly and report any damage.
- 6 Prekėms pasiekti naudokite platforminius laiptelius.  
Use platform steps to get stock.
- 7 Avėkite tinkamą avalynę.  
Wear the correct footwear.

## Virš 5000 žmonių kasmet susižeidžia šiame sektoriuje!

Over 5,000 people get injured every year in this sector!



## Kritimas iš aukščio

Falling from a height

- 1 Nedirbkite aukštai, kur tik įmanoma.  
Do not work at height where possible.
- 2 Nelipkite stelažais arba lentynomis.  
Do not climb racking or shelves.
- 3 Niekada nestovėkite ant šakinio keltuovo šakių.  
Never stand on the forks of a forklift truck.
- 4 Naudokite tinkamą įrangą, kad pasiektumėte, pavyzdžiui, platforminius laiptelius.  
Use proper access equipment, for example, platform steps.
- 5 Būkite labai atsargūs, kai atliekate techninę priežiūrą.  
Be very careful doing maintenance.
- 6 Kopėčios skirtos tik laikinai prieigai. Nuolat jas patikrinkite.  
Ladders are only for temporary access. Inspect them regularly.
- 7 Jei nesate tikras, paklauskite savo viršininko.  
If you are not sure, ask your supervisor.

## Virš 5000 žmonių kasmet susižeidžia šiame sektoriuje!

Over 5,000 people get injured every year in this sector!

