

# Instrukcja BHP przy pracy z żywnością

Health & Safety for Food and Drink



## Prace ręczne

### Manual Handling

- 1 Unikaj noszenia ciężarów kiedy tylko jest to możliwe.  
Avoid handling loads wherever possible.
- 2 Używaj wózków transportowych.  
Use the trolleys provided.
- 3 Oszacuj ładunek zanim go podniesiesz.  
Assess the load before you handle it.
- 4 Dziel duże ładunki.  
Break up a large load.
- 5 Proś o pomoc jeśli jej potrzebujesz.  
Ask for help if you need it.
- 6 Nie zastawiaj przejść.  
Keep walkways clear.
- 7 Zginaj kolana.  
Bend your knees.

## Możliwość poślizgnięcia się, potknięcia lub upadku

### Slips, Trips and Falls

- 1 Sprzątaj po sobie.  
Clean as you go.
- 2 Utrzymuj podłogi i przejścia w czystości.  
Keep floors and access routes clear.
- 3 Noś stosowne obuwie.  
Wear correct footwear.
- 4 Nie licz na to, że ktoś uporządkuje twoje rzeczy.  
Do not rely on others to tidy your things up.
- 5 Bezzwłocznie zgłaszaj każde rozlanie.  
Report any spills immediately.
- 6 Chodź - nie biegaj.  
Walk, do not run.
- 7 Zgłaszaj ciągnące się kable.  
Report trailing cables.



## Skaleczenia

### Cuts

- 1 Nie używaj noża jeśli nie musisz.  
Don't use a knife unless you have to.
- 2 Zawsze tnij w kierunku "od siebie".  
Always cut away from you.
- 3 Noże przechowuj bezpiecznie w miejscach do tego przeznaczonych.  
Store knives securely in then proper areas.
- 4 Nie wkładaj noży do zlewu.  
Do not put knives in the sink.
- 5 Tnij lub siekaj na desce, nigdy w dłoni.  
Cut or chop on a board, never in your hand.
- 6 Trzymaj za rączkę i używaj szczotki zmywając ostre rzeczy.  
Hold the handle and use a brush when washing sharp objects.
- 7 Używaj odpowiednich narzędzi podczas pracy.  
Use the right knife for the job.

## Skaleczenia mogą powodować poważne rany, oszpecaenia i blizny!

Cuts can cause serious injury, disfigurement and scarring



## Oparzenia

### Burns and Scalds

- 1 Nie przenoś gorących pojemników.  
Do not carry hot containers.
- 2 Używaj kuchennych rękawic ochronnych.  
Use oven gloves.
- 3 Utrzymuj podłogi i przejścia w czystości.  
Keep floors and access routes clear.
- 4 Nie sięgaj ponad rozgrzanyymi powierzchniami.  
Don't reach across hot surfaces.
- 5 Otwieraj wieka "od siebie".  
Open lids away from you.
- 6 Zwracaj uwagę na znaki "Uwaga gorące!".  
Observe "Caution Hot" signage.
- 7 Wkładaj powoli żywność do rozgrzanego tłuszczu.  
Lower food into hot fat slowly.

## Oparzenia mogą być przyczyną długiej i bolesnej rehabilitacji!

Burns can result in long and painful rehabilitation!



## Spadające przedmioty mogą zabić!

Falling objects can kill!



## Spadające przedmioty

### Falling Objects

- 1 Nie przeciążaj półek.  
Don't overload shelving.
- 2 Nie przechowuj ciężkich przedmiotów powyżej wysokości ramion.  
Don't store heavy items above shoulder height.
- 3 Regularnie kontroluj miejsce składowania.  
Inspect the storage area regularly.
- 4 Zgłaszaj uszkodzone półki.  
Report damaged shelving.
- 5 Przechowuj niewygodne przedmioty w bezpiecznym miejscu.  
Store awkward items safely.
- 6 Nie przechowuj niestabilnych ładunków wysoko.  
Don't store unstable loads at a height.
- 7 Noś odpowiednią odzież ochronną.  
Wear the correct protective clothing.

Po prostu bezpieczeństwo