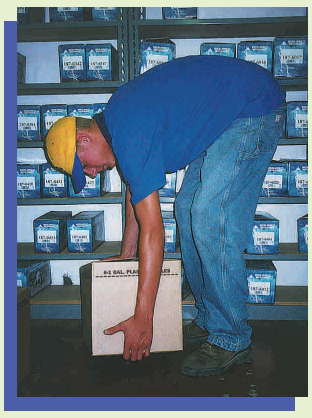
工作要勤力，更要有方法

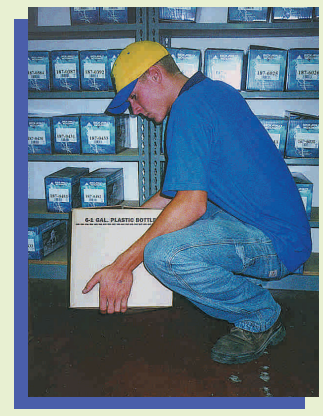
應用人體工學原理 — 員工工作安全須知

小型生意 — 零售 / 批發業



不要使用背部肌肉提舉重物

1 提舉有竅門



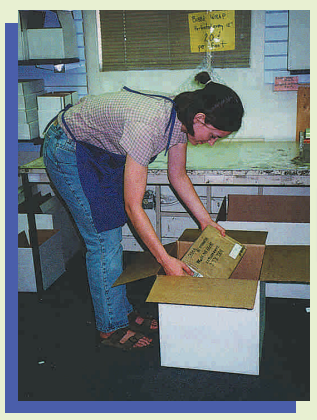
彎曲膝蓋

使用手推車或請他人幫忙

切勿攀爬貨架

使用踏腳台

2 調校高度和距離



避免在過高或過低的位置工作

工作時貨品應放在適當的位置

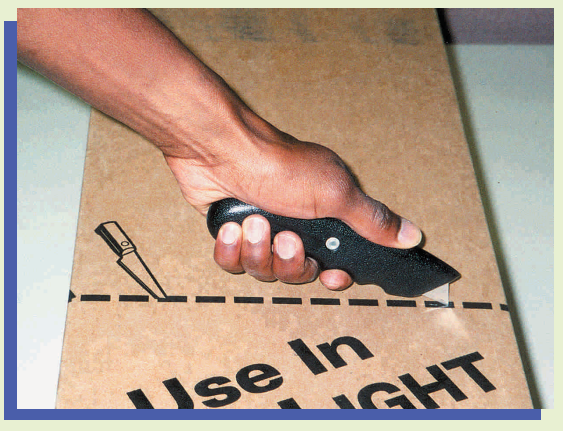
髒污應立刻清理

3 工作環境應保持整潔

倒瀉的液體應加以清理

切勿使用不當工具

4 使用正確的工具



不要使用不稱手的工具

如欲索取有關職業安全的進一步資料和免費出版品，請與我們聯絡：
免費電話：1-800-963-9424，
或上網：www.dir.ca.gov/dosh/puborder.asp

CSEA LOCAL 1000 UNION LABEL SEIU • AFL-CIO, CLC

Retail/Wholesale - Chinese