

Zdravie a bezpečnosť pre maloobchod

Health & Safety for Retail



Ručná manipulácia

Manual Handling

- 1 Podľa možnosti sa vyhňte manipulácii s nákladmi.
Avoid handling loads whenever possible.
- 2 Udržujte prístupové cesty v poriadku.
Keep walkways clear.
- 3 Používajte mechanické pomôcky, napr. káru alebo nízkozdvíhací vozík.
Use mechanical aids provided, for example, a trolley or pallet truck.
- 4 Nahláste akékoľvek pochybnosti súvisiace s ručnou manipuláciou.
Report any manual handling concerns that you have.
- 5 Veľký náklad rozdeľte.
Break up a large load.
- 6 Požiadajte o pomoc s ťažkými, ostrými alebo ťažko manipulovateľnými nákladmi.
Get help with heavy, sharp or awkward loads.
- 7 Pokrčte kolenná.
Bend your knees.

Pošmyknutia, zakopnutia a pády

Slips, Trips and Falls

- 1 Udržujte podlahy a prístupové cesty v poriadku.
Keep floors and access routes clear.
- 2 Nevytvárajte zbytočne nebezpečné situácie, ktoré môžu spôsobiť pošmyknutie alebo zakopnutie.
Do not create any slip or trip dangers.
- 3 Nehromadte odpadky.
Do not let waste build up.
- 4 Okamžite viditeľne označte kaluže a mokré plochy.
Mark spills and wet areas immediately.
- 5 Nahláste uvoľnené káble, nerovnosti prístupovej cesty a slabé osvetlenie.
Report trailing cables, uneven walkways and poor lighting.
- 6 Nahláste alebo odstráňte uvoľnené predmety na prístupových cestách.
Report or remove loose objects on walkways.
- 7 Nebehajte – dávajte si pozor, kam idete.
Don't run - pay attention to where you are going.



Porezanie

Cuts

- 1 Nepoužívajte nôž, ak nemusíte.
Don't use a knife unless you have to.
- 2 Vždy režte smerom od seba.
Always cut away from you.
- 3 Používajte typ noža zodpovedajúci danej práci.
Use the right knife for the job.
- 4 Skladujte nože na bezpečnom mieste.
Store knives in a safe area.
- 5 Nenechávajte nože na miestach prístupných verejnosti.
Don't leave knives in public areas.
- 6 Pred použitím skontrolujte nôž alebo rezný nástroj, či nie je poškodený.
Inspect the knife or cutting tool for damage before you use it.
- 7 Nepoužívajte tupé čepele.
Don't use blunt blades.

Padajúce predmety

Falling Objects

- 1 Neskladujte ťažké predmety vyššie než na úrovni ramien.
Avoid storing heavy items above shoulder level.
- 2 Ťažké a nestabilné predmety skladujte pri zemi.
Store heavy and unstable items close to the ground.
- 3 Nepreťažujte police.
Don't overload shelving.
- 4 Skladovaný materiál umiestňujte hlboko dozadu do skladovacích jednotiek.
Place stock far back into the storage units.
- 5 Pravidelne kontrolujte skladovacie priestory a ohlášajte akékoľvek poškodenie.
Inspect the storage area regularly and report any damage.
- 6 Na vyberanie skladovaného materiálu používajte schodíky.
Use platform steps to get stock.
- 7 Noste vhodnú obuv.
Wear the correct footwear.



Pád z výšky

Falling from a height

- 1 Nepracujte vo výške tam, kde je to možné.
Do not work at height where possible.
- 2 Nešplhajte na police alebo regály.
Do not climb racking or shelves.
- 3 Nikdy nestúpajte na vidlice vysokozdvíhacího vozíku.
Never stand on the forks of a forklift truck.
- 4 Používajte vhodné prístupové pomôcky, napr. schodíky.
Use proper access equipment, for example, platform steps.
- 5 Pri údržbe buďte veľmi opatrní.
Be very careful doing maintenance.
- 6 Rebríky sa používajú iba raz za čas. Kontrolujte ich stav pravidelne.
Ladders are only for temporary access. Inspect them regularly.
- 7 Ak si nie ste istí, spýtajte sa vášho nadriadeného.
If you are not sure, ask your supervisor.

Jednoduchá bezpečnosť

0797(Slovak)

