

## 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!



## 人工搬运

Manual Handling

- 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.*

## 滑倒、绊倒及跌倒

Slips, Trips and Falls

- 1 搬运完毕应把现场清理干净。  
*Clean as you go.*
- 2 保持地面及入口通道处的整洁。  
*Keep floors and access routes clear.*
- 3 尽量穿防滑的鞋。  
*Wear correct footwear.*
- 4 不要依赖别人整理自己的物品。  
*Do not rely on others to tidy your things up.*
- 5 及时报告“遗洒溢溅”情况。  
*Report any spills immediately.*
- 6 不要跑，尽量缓行。  
*Walk, do not run.*
- 7 及时报告松动的电缆电线。  
*Report trailing cables.*

## 滑倒、绊倒及跌倒是其次最易导致工伤事故发生的原因！

Slips, trips and falls are the second most common cause of accidents in the workplace!



## 割伤会导致严重伤害、留下疤痕甚至毁容！

Cuts can cause serious injury, disfigurement and scarring!



## 割伤

Cuts

- 1 除非万不得已，不要使用刀具。  
*Don't use a knife unless you have to.*
- 2 使用刀具时刀刃需向外。  
*Always cut away from you.*
- 3 安全适当地存放刀具。  
*Store knives securely in their proper areas.*
- 4 不要把刀具放在水池里。  
*Do not put knives in the sink.*
- 5 切割时使用垫板，不要放在手上。  
*Cut or chop on a board, never in your hand.*
- 6 清洗时应一手握住刀把，另一手持刷子清洗尖锐物。  
*Hold the handle and use a brush when washing sharp objects.*
- 7 针对不同的情况使用合适的刀具。  
*Use the right knife for the job.*

## 烧伤及烫伤

Burns and Scalds

- 1 不要手持炙热的容器。  
*Do not carry hot containers.*
- 2 使用烤炉时要戴手套。  
*Use oven gloves.*
- 3 保持地面及入口通道处的整洁。  
*Keep floors and access routes clear.*
- 4 避免触及炙热的表面。  
*Don't reach across hot surfaces.*
- 5 打开盖子时方向冲外。  
*Open lids away from you.*
- 6 注意观察是否有“小心烫”的标志。  
*Observe "Caution Hot" signage.*
- 7 慢慢地把食物放入炙热的溶液中。  
*Lower food into hot fat slowly.*

## 烧伤会导致漫长而痛苦的康复过程！

Burns can result in long and painful rehabilitation!



## 重物的坠落可导致伤亡！

Falling objects can kill!



## 坠落物品

Falling Objects

- 1 除非万不得已，不要使用刀具。  
*Don't use a knife unless you have to.*
- 2 使用刀具时，刀刃需向外。  
*Always cut away from you.*
- 3 安全适当地存放刀具。  
*Store knives securely in their proper areas.*
- 4 不要把刀具放在水池里。  
*Do not put knives in the sink.*
- 5 切割时使用垫板，不要放在手上。  
*Cut or chop on a board, never in your hand.*
- 6 清洗时应一手握住刀把，另一手持刷子清洗尖锐物。  
*Hold the handle and use a brush when washing sharp objects.*
- 7 针对不同的情况使用合适的刀具。  
*Use the right knife for the job.*