

Exclusively for 

VSP

VIRTUAL SAFETY PLATFORM

 Arthur J. Gallagher & Co.

March 2021

Marzo 2021



LIFTING SAFETY

Practicas Seguras de Levantamiento de Cargas

- Place heavier items on middle shelves (above the floor).
 - Bend at the knees, lift with your legs, and keep your back straight.
 - If you have to change direction, turn your feet our body, don't twist your body.
 - If you need assistance lifting or moving something ask for help from another crew member.
- Coloque los artículos mas pesados en los estantes del medio (arriba del piso).
 - Doble las rodillas, levante con sus piernas y mantenga siempre su espalda recta.
 - Si usted tiene que cambiar de dirección, cambie la posición de sus pies, no tuerza el cuerpo con la carga.
 - Si usted necesita ayuda para levantar o mover algo, pida la ayuda de otro miembro del equipo.