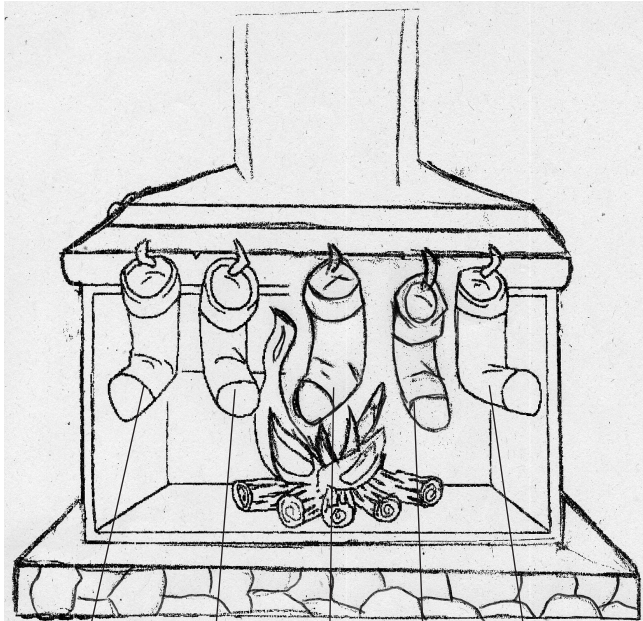


!! TE DESEAMOS SEGURIDAD Y SALUD PARA EL PRÓXIMO AÑO !!



Respetar la señalización de seguridad

Exigir la ficha de seguridad de tu puesto

Usar tu equipo de protección individual

Denunciar las anomalías que veas

Que te informen y te formen

BIBLIOGRAFIA

- 📎 Ley de prevención de riesgos laborales.
- 📎 Guía técnicas del Instituto Municipal de Seguridad y Salud en el Trabajo.

Evitar accidentes está en tu mano. Por tu salud sigue las Normas de Seguridad.

La protección colectiva debe anteponerse a la protección individual



19

**Prevención
Riesgos
Laborales**



Sección Sindical de CGT

Plaza del Pilar (Ayuntamiento) Planta 4ª

Tlfno. 976 721239

Fax 976 724734

E-Mail: cgt@ayto-zaragoza.es

Delegados de Prevención

Ana Mur Garcia

Isabel Lopez Mauleón

DL Z-2052-06

RECOMENDACIONES

SOBREESFUERZOS

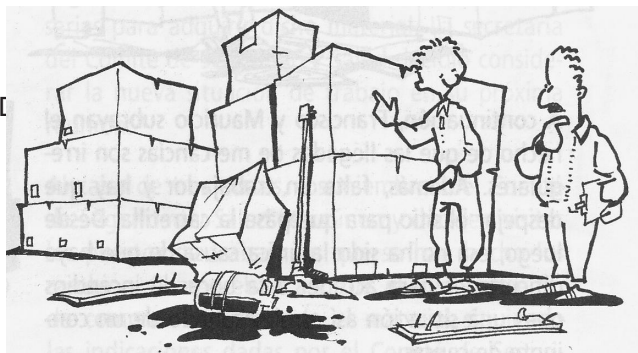
- Manipular correctamente las cargas.



!! MAS VALE MAÑA QUE FUERZA!!

TROPEZONES, CHOQUES, PISADAS, Y GOLPES CONTRA OBJETOS.

- Respetar las señales de advertencia.
- Mantener el Orden y limpieza adecuados.
- Utilizar calzado de seguridad.

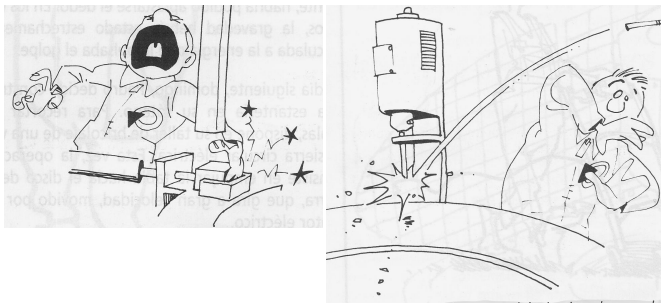


!!PISA FUERTE, PERO SEGURO !!

PARA EVITAR DAÑOS

PROYECCION DE FRAGMENTOS, ATRAPAMIENTOS, CORTES.

- Comprobar que las máquinas disponen de pantallas de protección.
- Respetar las señales de obligación y advertencia.
- Utilizar pantallas faciales, guantes, gafas, y equipos de protección necesarios.
- Seguir las instrucciones del fabricante de la máquina.



!! NO TE PILLES LOS DEDOS !!

CAIDAS DE PERSONAS AL MISMO Y DISTINTO NIVEL.

- Mantener el Orden y Limpieza adecuados.
- Informar sobre las condiciones no seguras a tu superior.
- Utilizar las escaleras, rampas, arneses, andamios, ...de forma segura.

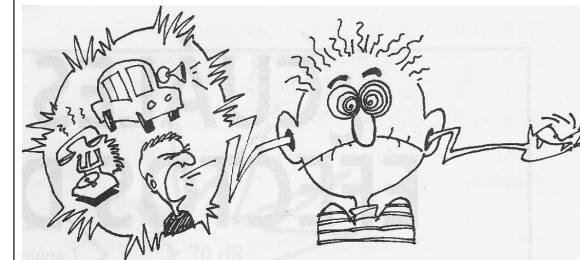


!!RECUERDA QUE NO ERES EQUILIBRISTA!!

DERIVADOS DE:

RUIDO

- Aislar la fuente de ruido .
- Utilizar los protectores auditivos cuando sea necesario.



PANTALLAS DE VISUALIZACION DE DATOS.

- Realizar pausas para evitar posturas fijas y descansar la vista.
- Adoptar una postura de trabajo correcta.



Hacer ejercicios de estiramiento cada cierto tiempo.

