

# İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI (TOOLBOX TALKS)

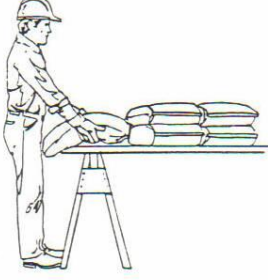
No: 157

Tercüme: Hilal KINLI  
12 Eylül 2011

## AĞIR TORBALARIN KALDIRILMASI

Kaynak: <http://www.toolboxtopics.com/Contributed/Lifting%20Bags.htm>

Ağır torbaları uygun bir yükseklikte istiflemeye çalışın.



Bu mümkün değilse, aşağıdaki tekniği kullanın.



Torbanın üzerine eğilmeyin ve torbanın tümünü bir kerede kaldırmaya çalışın.



Torbayı yukarı doğru çekin.



Bir dizinizi torba tarafında yere koyun.



Torbayı bacağınızın üzerinde yukarı doğru çekin.



Torbayı diğer dizinizin üzerine koyun.



Ayağa kalkarak torbayı yukarı çekin.

# İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI (TOOLBOX TALKS)

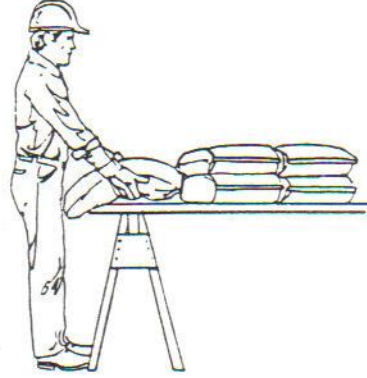
No: 157

Tercüme: Hilal KINLI  
12 Eylül 2011

## Lifting Heavy Bags

Try to store bags at a convenient height.

When that's not possible,  
use the following technique.



Don't bend over and try  
to lift bag all at once.



Raise bag upright.



Put one knee down  
against bag.



Pull bag up your leg.



Rest bag on edge of knee.



Stand upright.