

COMMENT SOULEVER ET DÉPLACER DES CARTONS EN TOUTE SÉCURITÉ.

1.



Comment Soulever:

1. Pliez les genoux.
2. Gardez le dos droit.
3. Placez vos mains sous le carton.

2.



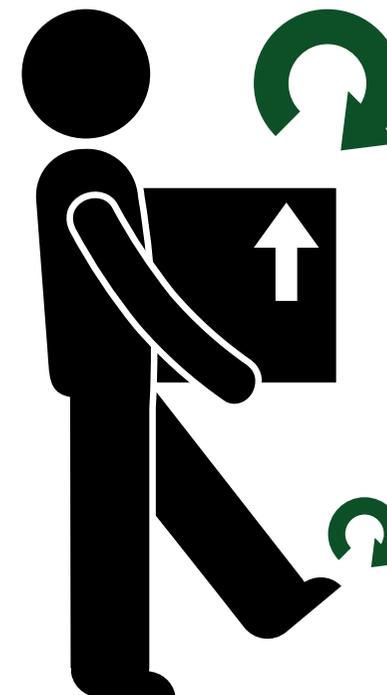
1. Tendez les jambes.
2. Relevez-vous.
3. Tenez le carton proche de votre corps.

3.



1. Avancez en portant le carton.
2. Marchez tout droit et doucement.
3. Vérifiez qu'il n'y a pas d'obstacles sur votre passage.

4.



Comment Tourner:

1. Commencez à tourner vos pieds dans la direction où vous voulez aller.
2. Pivotez en une seule fois.

ASTUCE: Si le carton est trop lourd à pousser avec votre pied, alors il est trop lourd pour que vous le portiez. Demandez de l'aide à quelqu'un ou utilisez un chariot.