

**ÇANKAYA İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ MERKEZİ**

**Adres:** Gazi Mah. Silahtar Cad. No:134 Yenimahalle/ANKARA • **Tel:** (+90) 312 211 16 80 (pbx) • **Faks:** (+90) 312 211 16 83 • www.www.cankayasaglik.com.tr

**İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI**

**(TOOLBOX TALKS)**

No: 298 Sayfa No: 1/1

**GÜVENLİ YÜK KALDIRMA VE TAŞIMALAR**

İnşaat sahalarında sırt, boyun ve omuz yaralanmaları sık rastlanan olaylardır. Buna; sık yük kaldırma ve aynı zamanda yükü yanlış şekilde kaldırma sebep olur.

Elle taşıma sırasında;

* . Düzgün olmayan şekilde yükün kaldırılması ve taşınması sırasında gerilme ve burkulma,
* . Malzemenin çarpması veya
* sıkıştırılmasından dolayı oluşturulan kırıklar ve ezilmeler,
* . Düzensiz depolanan veya yanlış bağlanan malzemenin düşmesi sonucu oluşan kesikler ve ezikler sonucu olmaktadır.

**Yük Kaldırırken;** 

* . Dizlerinizi Bükün - Belinizi Değil!
* . Yükün ağırlığını bacaklarınıza verin.
* . Yükü sağlam şekilde kavrayın.
* . Vücudunuzu çevirmekten sakının.
* . Yükü ani itmeyin / çekmeyin / kaldırmayın.
* . Yükü bırakın ve yerleştirmesini sonrasında yapın.

**Yükü Taşırken;**

* . Yükü kendinize yakın tutun ki etrafınızı görebilesiniz.
* . Yükü dengeli tutun.
* . Sıkışma noktalarından uzak durun — Kapılar, v.b.
* Yüzünüzü yürüdüğünüz yönde tutun.

**Yüksek Bir Yere Yük Koyarken veya İndirirken;**

* . Merdivende çalışmak yerine sağlam platform kurun,
* . Mümkünse yükü parçalar halinde kaldırın.,
* . Yükün ne kadar ağır olduğunu görmek için önce itin.

**Taşıma ve Kaldırmalardan oluşabilecek kazalar ve sakatlıkları önleyebilmek için;**

* . Elden geldiği ölçüde mekanik yardımcı alet ve malzemeleri kullanın.
* . Beden gücü ile yapılan kaldırma ve taşımalarda ise,doğru teknikleri öğrenip, dikkatle uygulayın.
* . Ağır cisimlerin kaldırılması ve taşınması hallerinde, koruyucu iş ayakkabıları giyilmelidir.
* . Malzemenin keskin kenarları ve sivri kısımları için varsa eldivenler ve sağlam yapılı önlükler kullanılmalıdır.
* . Çelik levha ve cam gibi tutulması güç malzemelerin kaldırılması için kullanılan yapışkan el tutamakları,manyetik tutucular ve uygun hallerde de alttan tutucu kanca ve destek malzemeleri kullanılır.