



Occupational Health and Safety

Santé et sécurité au travail

AVOID TOUCHING SPIGOTS WITH YOUR CUP OR BOTTLE

ÉVITEZ DE TOUCHER AUX ROBINETS AVEC VOTRE CONTENANT



USEFUL TIPS

1. Do not lift a full bottle of water if you are not sure you can handle the load safely. Ask for help!
2. When lifting a full water bottle, be sure to:
 - * stand close to the load;
 - * bend your knees and tuck chin into the chest;
 - * initiate lift with body weight;
 - * lift load as close to the body as possible;
 - * lift smoothly without jerking; and
 - * most importantly ask for help!
3. The water cooler should be "cleaned" at least every 3 months by a professional technician.

CONSEILS PRATIQUES

1. Ne soulever pas une bouteille remplie d'eau si vous n'êtes pas certain de pouvoir supporter la charge de façon sécuritaire. Demandez de l'aide !
2. Lorsque vous soulevez une bouteille remplie d'eau, assurez-vous de :
 - * vous tenir debout près de la charge;
 - * plier les genoux et rentrer le menton dans la poitrine;
 - * débiter en soulevant la charge avec le poids de votre corps;
 - * soulever la charge en la retenant le plus près possible de votre corps;
 - * soulever la charge doucement pour ne pas perdre l'équilibre; et
 - * le plus important est de demander de l'aide!
3. Le refroidisseur d'eau doit être « nettoyé » au moins à tous les 3 mois par un technicien professionnel.