



Perfore el agujero y ponga el anillo de encuadernación aquí.



VOLUNTARIO HÉROE DE SEGURIDAD

#10

QUÉ PONERSE PARA EL TRABAJO VOLUNTARIO

Se supone que el voluntariado es divertido y gratificante, permitiendo así mucha libertad en lo que usa. Ya sea que se vista de una u otra forma, asegúrese de que lo que usa **no interfiera con la seguridad de las tareas** que realizará como voluntario.

Los hechos: Lo que necesita SABER

1. Usar zapatos equivocados puede provocar resbalones, tropiezos y caídas, que representan más del 25% de lesiones en oficinas. Zapatos sensatos con dedos cerrados **protegerán sus pies** de machucones, artículos caídos, patógenos transmitidos por sangre o derrames.
2. **Los artículos sueltos**, como joyas, mangas sueltas o una camisa destapada pueden quedar atrapados en el equipo y causar lesiones repentinas.
3. **Hipotermia** (cuando su cuerpo se enfría demasiado) y la **hipertermia** (demasiado calor) pueden ser causadas por usar la ropa incorrecta.
4. Se requiere vestimenta de trabajo específica **alrededor de los alimentos**, ya que su ropa contiene bacterias y patógenos.

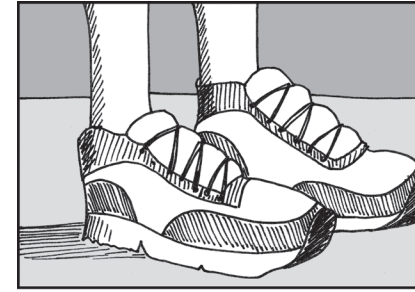
A continuación, voltee esta tarjeta para aprender lo que debe **hacer** para mantenerse seguro y saludable mientras se ofrece como voluntario.

Doblar aquí para hacer tarjeta de doble cara

#10

Qué Ponerse para el Trabajo Voluntario

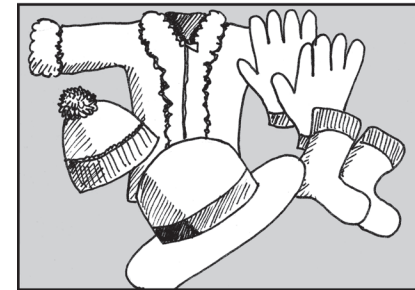
Las acciones: lo que necesita HACER



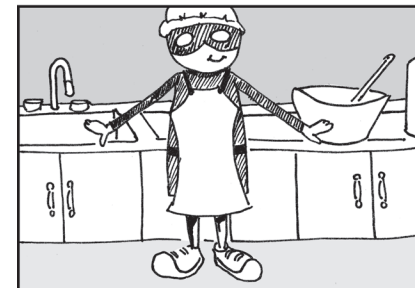
Use zapatos cómodos y sensatos que sean apropiados para la tarea. Considere traer un par de zapatos adicionales si no está seguro de lo que hará.



Deje las joyas en casa y **elija ropa que no quede atrapada en el equipo**. Incluso si no está operando en la misma área, es un riesgo.



Lea la tarjeta de seguridad # 3, Voluntariado en temperaturas extremas, y **traiga ropa adicional**, si es necesario.



Si trabaja con alimentos, **use ropa limpia, un delantal y zapatos apropiados**. Traiga un sombrero o una forma de sujetarse el cabello y quítese las joyas.

Capture este código QR para ver el video corto u obtener más información sobre este tema.



www.nonprofitsafetyhero.com/10-attire-es

Los accidentes cuestan dinero que las organizaciones sin fines de lucro no pueden pagar. Ayude a su causa aprendiendo prácticas seguras y siguiéndolas cuidadosamente. ¡La seguridad importa!



Más información en: www.nonprofitsafetyhero.com/volunteer

Financiamiento y apoyo proporcionado por el Departamento de Labor e Industrias del Estado de Washington, Proyectos de Inversión en Seguridad y Salud.