

# Working Safer and Easier

## Trabajando Más Seguro y Fácil

For janitors, custodians, and housekeepers  
Para limpiadores, bedeles, y amas de llave



**WORK SAFER**  
**TRABAJE EN  
FORMA MAS SEGURA**

Avoid bending and exerting high force.  
Evite doblarse y ejercer mucha fuerza.



Remain upright. Use a higher mop bucket.  
Manténgase erguido. Use un cubo  
para trapear más alto.



A microfiber mop requires less force.  
Escurra el trapeador de microfibra  
usando menos fuerza.



**LIFT SMARTER**  
**LEVANTE  
CORRECTAMENTE**

Avoid lifting and twisting.  
Evite levantar y torcerse.



Bend knees. Keep back straight as you lift.  
Doble sus rodillas. Mantenga recta su espalda.



Keep bucket close to body.  
Mantenga el cubo cerca  
a su cuerpo.

**REDUCE THE LIFT  
DISTANCE**  
**REDUZCA LA  
DISTANCIA DE LEVANTE**



Use the sink on the floor.  
Use un fregadero a nivel del piso.



Tip the bucket and rest it on sink.  
Voltee el cubo y apoyelo  
en el fregadero.

**AVOID LIFTING  
MOP BUCKETS**  
**EVITE LEVANTAR CUBOS  
PARA TRAPEAR**



Use mop buckets with a drain opening.  
Use cubos de trapeo con una apertura de desagüe.

