



Güvenle  
Büyü  
Türkiye

# İşyerinde Stresle Baş Etmenin Yolları



- **Doğru Çalışma Yöntemi Seçin**
- **Sorunlarınızı Paylaşın**
- **Çalışırken Ara Verin**
- **Doğru Beslenin**
- **Spor Yapın**



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

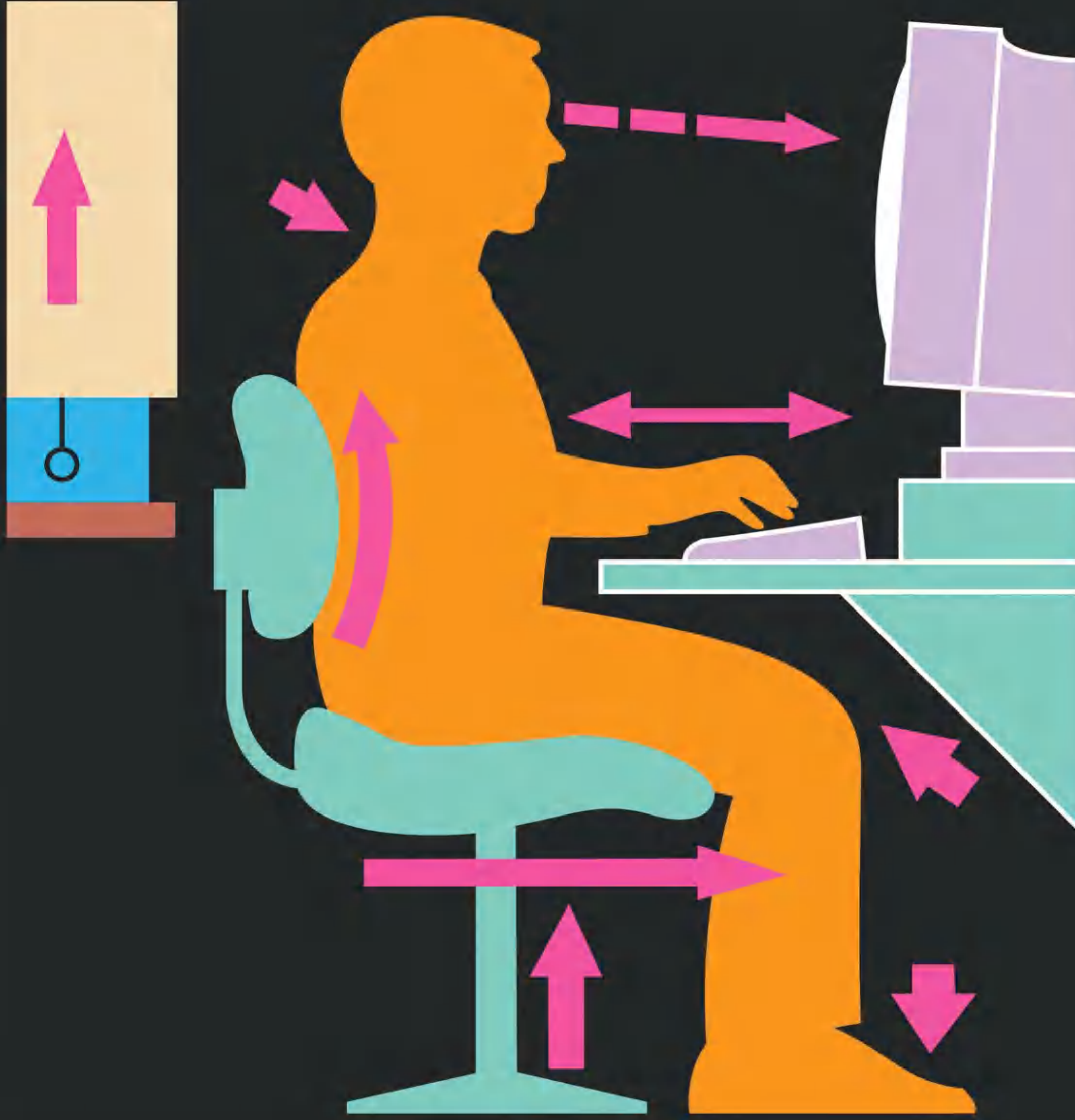
İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye

# Ofiste Sağlık ve Güvenlik



**Çalışma pozisyonumuza dikkat edelim.  
İş alanını temiz ve düzenli tutalım.**



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye

# Güvenli Kaldırma ve Taşıma İçin Altın Anahtarlar

Sırtın Düz  
Tutulması

Dizlerin  
Bükülmesi

Yükün Vücuda  
Yakın Tutulması

Ağırlığın Ayaklara  
Verilmesi



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye

# YÜK KALDIRIRKEN



**DOĞRU**

**YANLIŞ**



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





**Güvenle  
Büyü  
Türkiye**

# Planlarınıza İş Güvenliğini Dâhil Edin!



**T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI**

**İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü**  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





**Güvenle  
Büyü  
Türkiye**

# **Kuşlar Uçabilir Ya Siz?**



**T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI**

**İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü**

<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye

# İşiniz İçin Doğru Aracı Kullanın!



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

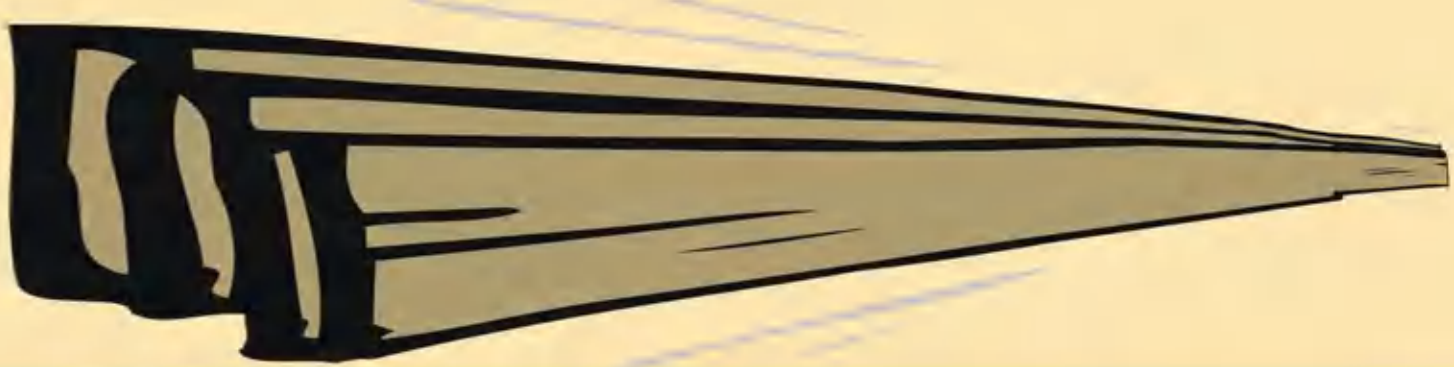
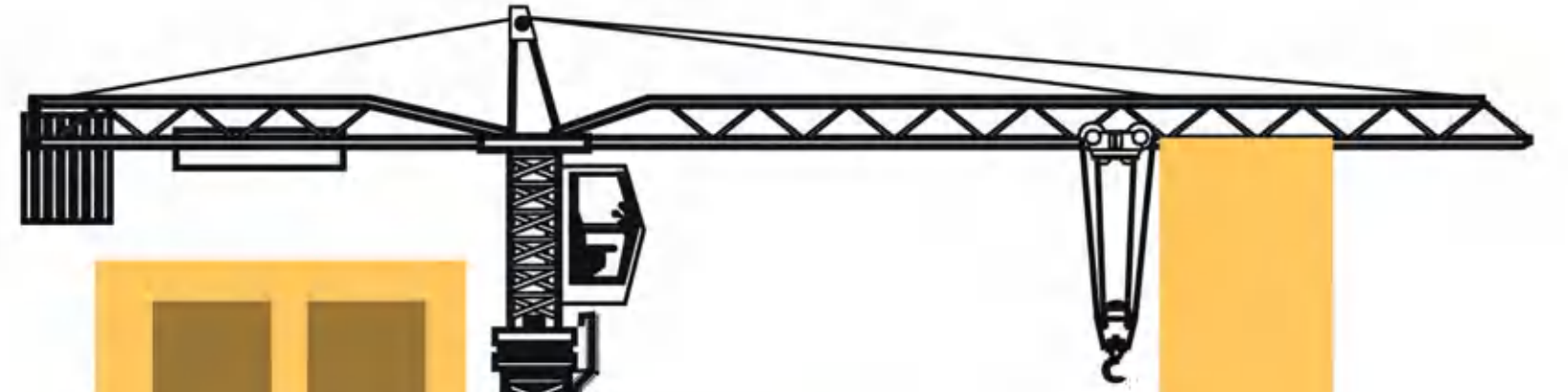
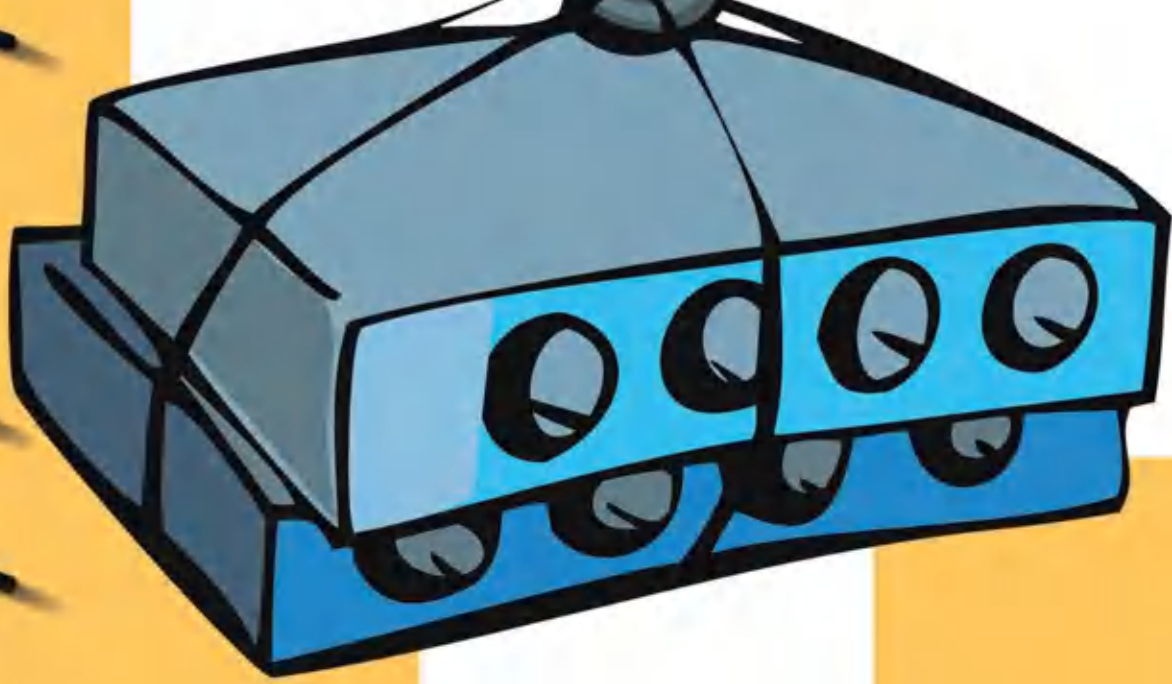
İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye

# Güvenliğinizi için Vinç Çalışma Sahasından UZAK DURUN...



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye



hayatınız  
toz duman  
olmasın

**ÖNLEMİNİZİ ALIN!**



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü

<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>





Güvenle  
Büyü  
Türkiye



**RİSKİ  
FARKEDİN  
DEĞERLENDİRİN  
KONTROL EDİN  
TEDBİR ALIN**



T.C. AİLE, ÇALIŞMA VE  
SOSYAL HİZMETLER BAKANLIĞI

İş Sağlığı ve Güvenliği Genel Müdürlüğü  
<https://birim.ailevecalisma.gov.tr/isggm>