



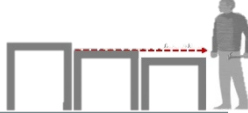
**HSSE BULLETIN  
MSET GROUP  
AIMS-GLOBAL GROUP**





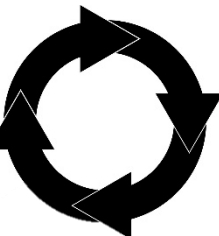
# ERGONOMIK DI PERSEKITARAN ANDA

Mari mengenali prinsip ergonomik dan faktor risiko ergonomik

## PRINSIP ERGONOMIK

- 1 Bekerja dalam postur badan natural 
- 2 Menambahbaik & memastikan tempat kerja dalam keadaan teratur 
- 3 Menyediakan ruang bekerja yang sesuai 
- 4 Pastikan semua benda kerja senang dicapai 
- 5 Bekerja dalam ketinggian/ aras yang sesuai 
- 6 Mengekalkan persekitaran kerja yang selesa dan kondusif 
- 7 Meminimakan titik tekanan 

## FAKTOR RISIKO ERGONOMIK

- 1 **Posisi yang salah atau awkward posture**
  - Betulkan ketinggian kerusi
  - Duduk dalam keadaan bersandar
  - Pastikan ada ruang antara permukaan kerusi dan bawah paha
- 2 **Tekanan setempat atau contact stress**
  - Tekanan setempat menyebabkan kemudaran kepada tisu dalaman dan menghalang peredaran darah
- 3 **Berulang atau repetitive**
  - Bekerja atau tugas yang diajalankan untuk beberapa jam cara yang sama boleh menyebabkan kecederaan

## ERGONOMIK

Aspek ergonomik dapat membantu mengelakkan Gangguan Kerangka Otot (GKO). GKO didefinisikan sebagai kecederaan, gangguan dan ketidakselesaan di bahagian kerangka badan termasuklah di otot, sendi, tendon dan tulang belakang

Faktor risiko ergonomik adalah sebarang faktor atau pendedahan yang boleh menyebabkan/menyumbang kepada kecederaan *muscular*

Merujuk kepada AKKP (Pindaan) 2022 di bawah Seksyen 15 (2)e adalah menjadi tanggungjawab majikan bagi membuat pengadaaan dan penyenggaraan persekitaran pekerjaan bagi pekerja setakat yang praktik, selamat, tanpa risiko kepada kesihatan & memadai berkenaan dengan kemudahan bagi kebajikan mereka yang sedang bekerja

### PENCAPAIAN ZERO KEMALANGAN LTI

SYARIKAT	SEPTEMBER	HINGGA AKHIR BULAN TERAKHIR	TERKUMPUL
AIMS-GLOBAL GROUP	100,036	4,778,435	4,878,471
MSET GROUP	34,467	1,128,310	1,162,777



# HSE CALENDAR SEPTEMBER 2024

PROGRAM PENGUMPULAN E-WASTE & BARANG RECYCLE HQ  
1.9.2024



PROGRAM PENGUMPULAN E-WASTE & BARANG RECYCLE PDSC  
2.9.2024



PEMBENTANGAN LAPORAN CHRA KE-2 MSETGB  
4.9.2024



SAFETY BRIEFING CONTRACTOR EASYVISION & UDAT  
22.9.2024



**SAFETY ISN'T EXPENSIVE, ITS PRICELESS**



SAFETY STAND DOWN MASINDRA JEDDAH  
22.9.2024



JKKP AUDIT KTSKILSS  
25.9.2024



CONGRATULATIONS  
BEST UCUA AWARD



**Best Monthly Onshore**  
MOHAMMAD HANIFA BIN  
MOHAMED KAMAL  
(AGESB)



**Best Monthly Offshore**  
MOHAMAD SHAFFIE BIN  
SULAIMAN  
(AA1)



**Highest Submission Onshore (Q3)**  
MOHAMAD NAZRI BIN MD  
NASIER  
(AGESB)



**Highest Submission Offshore (Q3)**  
MOHD NORSHAMSHUL IKHWAN  
BIN MOHAMAD  
(AA1)

