HSE
આરોગ્ય અને સુરક્ષા કાર્યપાલક

કામના સ્થળે લપસવા કે ઠોકર ખાવાથી બચાવ

કામના સ્થળે લપસવા કે ઠોકર ખાવાથી બચાવ

દર વર્ષે જેમની જાણ કરવામાં આવે છે એવી મોટી ઇજાઓમાંથી ત્રીજા ભાગથી પણ વધુ લપસવા કે ઠોકર ખાવા (કામના સ્થળે ઇજા થવાનું સૌથી સામાન્ય એક કારણ) ના લીધે થાય છે. આનાથી રોજગારદાતાઓને નહીં થઇ શકેલ ઉત્પાદન અને અન્ય કારણોથી વર્ષે £512 મિલિયનથી વધુનો ખર્ચ થાય છે. લપસવું અને ઠોકર ખાવી સામાન્ય જનતાને થતી જેની જાણ કરવામાં આવે છે તેવી ઇજાઓમાંથી અડધાથી વધુ ઇજાઓનું પણ કારણ છે.

લપસવા અને ઠોકર ખાવાનું મહત્ત્વ સ્વીકારીને હેલ્થ એન્ડ સેફ્ટી એગ્ઝીક્યુટિવ અને સ્થાનિક સત્તાવાળાઓએ આ વિષયને તેમની આરોગ્ય અને સુરક્ષા કામગીરીને વધુ સારી બનાવવા માટે નિર્ધારિત રાષ્ટ્રીય લક્ષ્યાંકોને પહોંચવા માટે તૈયાર કરવામાં આવેલ કામના કાર્યક્રમોમાં સામેલ કર્યો છે. આ લક્ષ્યાંકો સરકાર અને આરોગ્ય અને સુરક્ષા કમિશન દ્વારા *આરોગ્ય અને સુરક્ષાને પુનર્જીવિત કરવાની* *(Revitalising Health and Safety)* વ્યૂહ રચનાના જૂન ૨૦૦૦ના વિધાનમાં જાહેર કરવામાં આવ્યા હતા.

ઇજાના કારણે થયેલી કાયદાકીય કાર્યવાહી, ખાસ કરીને જ્યારે તેમાં સામાન્ય જનતા સામેલ હોય ત્યારે, ધંધાને ખૂબ નુકસાનકારક હોઇ શકે. વીમો તેના ખર્ચના એક ખૂબ નાના ભાગની જ રકમ પાછી વાળે છે.

કામના સ્થળ પરની કોઇ પણ વ્યક્તિ, પણ ખાસ કરીને સારી આરોગ્ય અને સુરક્ષા વ્યવસ્થા દ્વારા રોજગારદાતા, લપસવા કે ઠોકર ખાવાના જોખમો ઓછા કરવામાં મદદ કરી શકે.

અસરકારક સમાધાનો ઘણી વાર સરળ અને સસ્તા હોય છે અને તેમાંથી બીજા ફાયદા પણ થાય છે.

આરોગ્ય અને સુરક્ષા વ્યવસ્થા કરવી

એક સારું વ્યવસ્થા તંત્ર તમને સમસ્યાના ક્ષેત્રો ઓળખવામાં, શું કરવું તેનો નિર્ણય લેવામાં, લેવાયેલ નિર્ણયો પર અમલ કરવામાં અને લેવાયેલ પગલાં અસરદાર છે કે કેમ તે ચકાસવામાં મદદ કરશે.

એક સારા તંત્રમાં આ બધું સામેલ હોવું જોઇએઃ

આયોજન જોખમના મહત્ત્વના ક્ષેત્રોને ઓળખીને સુધાર માટેના લક્ષ્યો નક્કી કરવા. રોજગારદાતાઓ કર્મચારીઓ સાથે મળીને કર્મચારીઓને સાઇટ પર જે જગ્યાઓ પડવા કે ઠોકર ખાવાના જોખમનું સ્થળ લાગતી હોય (યાદ રાખો કે દરેક મોટા અકસ્માતની સામે લપસવાના કે ઠોકર ખાવાના ૪૦ એવા કિસ્સા હશે જેના પરિણામે ઇજા નહીં થઇ હોય અથવા જરા ઇજા થઇ હશે), તે ઓળખવા માટે કામ કરી શકે. સામગ્રી, સાધનો અને કાર્ય પદ્ધતિઓની કાળજીપૂર્વકની પસંદગી પ્રવાહીઓ, ઝીણા પાવડર અને વસ્તુઓના કારણે ઊભા થતા લપસવાના કે ઠોકર ખાવાના જોખમોને રોકી અથવા ઓછા કરી શકે. દાખલા તરીકે જે વિસ્તારોને કોરા ન રાખી શકાય એમ હોય તેમાં સ્પ્લેશ ગાર્ડ અથવા લપસી ન જવાય તેવું ફ્લોરિંગ લગાવડાવવું અને કામના ક્ષેત્રમાં લટકતા કેબલથી બચવા માટે કોર્ડલેસ ઓજારો વાપરવા. આ બધું જોખમ દૂર કરવામાં કે ઓછું કરવામાં મદદ કરે છે.

સંગઠન કામદારોને જોખમો ઘટાડવામાં સામેલ કરવાની અને વચનબદ્ધ કરવાની જરુર છે. લોકો (દા.ત. સુપરવાઇઝરો)ને કાર્યક્ષેત્રના વિસ્તારો સુરક્ષિત રાખવામાં આવે દા.ત. ઢોળાયું હોય તે અને વસ્તુઓ ઝડપથી સાફ થઇ જાય, કોઇ પણ જગ્યાએ પહોંચવાનો માર્ગ ખાલી હોય અને રોશની ચાલુ હોય, તેની ખાતરી કરવાની જવાબદારી સોંપો. કોણ કઇ વ્યવસ્થા માટે જવાબદાર છે તેની નોંધ રાખો; સફાઇ અને બીજા કામ માટેના કોન્ટ્રાક્ટરોને યાદ રાખીને સામેલ કરો. આ વિગતો બધાને સ્પષ્ટ રીતે સમજાવો.

નિયંત્રણ કાર્ય પદ્ધતિઓ અને પ્રક્રિયાઓ યોગ્ય રીતે અમલમાં મૂકવામાં આવે છે કે કેમ તે ચકાસો, દા.ત. લીસી ફરસ ભીની નથી રહેવા દેવામાં આવતી, હાઉસ કીપિંગ સારી રીતે કરવામાં આવે છે, અને સાધનો કે છતમાંથી થતા કોઇ પણ ગળતરનું ઝડપથી સમારકામ કરવામાં આવે છે કે કેમ. સફાઇ અને જાળવણીના કામની નોંધ રાખો અને સારા આરોગ્ય અને સુરક્ષાને પ્રોત્સાહન આપો.

દેખરેખ અને ફેરવિચારણા અકસ્માતોની તપાસ અને નિરીક્ષણના અહેવાલોની દેખરેખ રાખો. તમારા વ્યવસ્થાપનની કોઇ પણ ઉણપોને ઓળખવાનો પ્રયત્ન કરો. શું તેમાં કોઇ સુધાર થયો છે? કોઇ પણ સુરક્ષા પ્રતિનિધિ સાથે લપસવા કે ઠોકર વાગવાના જોખમો વિશે ચર્ચા કરો - તેઓ સમસ્યાઓને ઓળખવામાં અને તેમનો ઉકેલ લાવવામાં ખૂબ મદદરુપ થઇ શકશે. કર્મચારીઓને પણ અસ્તિત્વમાન નિયંત્રણના પગલાં પર ફેરવિચારણા કરવામાં સામેલ થવા માટે પ્રોત્સાહન આપવામાં આવવું જોઇએ. ઘણી વાર તેઓ લપસવા અને ઠોકર ખાવાના લીધે ઊભા થતા જોખમો ઓછા કરવા માટે અમલમાં મૂકાયેલાં પગલાંની અસરકારકતાનું મૂલ્યાંકન કરવા માટે વધુ સારી સ્થિતિમાં હોય છે.

લપસવા અને ઠોકર ખાવાથી ઊભા થતાં જોખમો તપાસો

બધા રોજગારદાતાઓ એ તેમના કર્મચારીઓ અને તેમના કામથી જે બધા અસર પામી શકે એમ હોય તેવા બીજા લોકો, દા.ત. મુલાકાતીઓ અને જનતા ને હોઇ શકે એવા બધા જોખમોનું મૂલ્યાંકન કર્યું જોઇએ. આનાથી જોખમ પર નિયંત્રણ રાખવા માટે શું કરવાની જરૂર છે તે શોધવામાં મદદ મળે છે. આ કાયદાનો રુએ પણ જરુરી છે.

એચએસઇએ જોખમના મૂલ્યાંકન માટે એક પાંચ પગલાંની પદ્ધતિની ભલામણ કરી છે અને લપસવું અને ઠોકર ખાવી જે જોખમોની ચકાસણી કરવામાં આવે એમાં સામેલ હોવા જોઇએ.

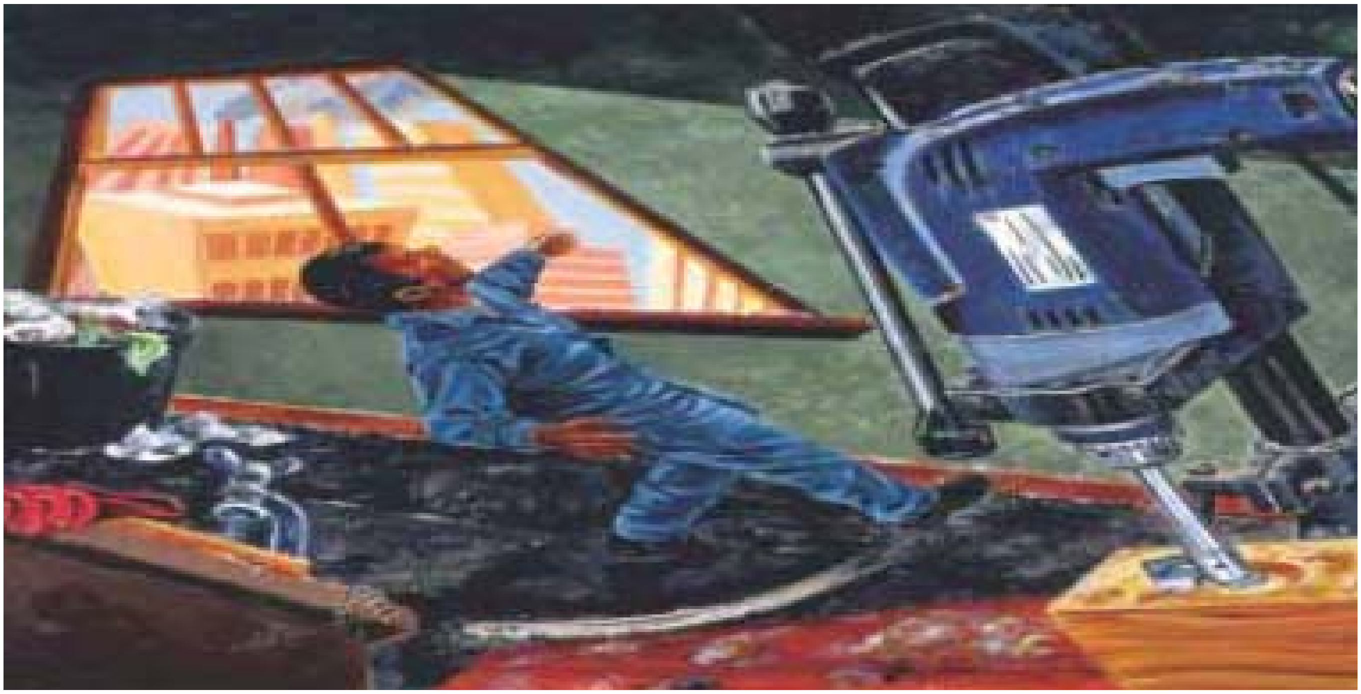
પગલું ૧ કામના સ્થળની આજુ બાજુમાં **લપસવા કે ઠોકર ખાવાના જોખમો શોધો** જેમ કે ઊંચી-નીચી ફરસ, લટકતા કેબલ, એવા વિસ્તારો જે કેટલીક વાર કંઇક ઢોળાવાથી લપસણા બની જાય. બહારના વિસ્તારોનો આમાં સમાવેશ કરો.

પગલું ૨ કોને અને કેવી રીતે નુકસાન થઇ શકે એમ છે તે નક્કી કરો. કામના સ્થળે કોણ આવે છે? શું તેઓ જોખમમાં છે? શું તમે એમના પર નિયંત્રણ રાખી શકો એમ છો? યાદ રાખો કે મોટી ઉંમરના લોકો અને અક્ષમતાઓવાળા લોકોને ખાસ જોખમ હોઇ શકે.

પગલું ૩ જોખમો વિશે વિચારો. શું લેવામાં આવેલાં સાવચેતીનાં પગલાં જોખમોનો સામનો કરવા માટે પૂરતાં છે?

પગલું ૪ તમારી શોધોને નોંધી રાખો જો તમારે પાંચ કે એથી વધુ કર્મચારીઓ હોય તો.

પગલું ૫ મૂલ્યાંકન પર નિયમિત રીતે ફેરવિચારણા કરો. જો કોઇ મોટો ફેરફાર થાય તો અસ્તિત્વમાન સાવચેતીનાં પગલાં અને વ્યવસ્થાઓ જોખમોનો સામનો કરવા માટે પૂરતાં હોય તેની ખાત્રી કરો.



કાયદો શું કહે છે

કામના સ્થળે આરોગ્ય અને સુરક્ષા અધિનિયમ ૧૯૭૪ (The Health and Safety at Work etc Act 1974) (HSWA) અન્વયે રોજગારદાતાઓ માટે બધા કર્મ ચારીઓ અને જે બધા તેમના કામથી અસર પામતાં હોય તે બધાંની આરોગ્ય અને સુરક્ષા સુનિશ્ચિત કરવા ફરજિયાત છે. આમાં લપસવા અને ઠોકર ખાવાથી ઊભા થતાં જોખમો પર નિયંત્રણ રાખવા માટે પગલાં લેવાનો સમાવેશ થાય છે.

કર્મચારીઓએ પોતાની જાતને કે બીજાઓને જોખમમાં ન મૂકવા જોઈએ અને તેમને પૂરા પાડવામાં આવેલા સુરક્ષા સાધનોનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.

તેમના ઉત્પાદનો સુરક્ષિત હોય તે નિશ્ચિત કરવું એ ઉત્પાદકો અને પૂરવઠો પૂરો પાડનારાઓની ફરજ છે. તેમણે તેના યોગ્ય ઉપયોગ માટે પૂરતી માહિતી પણ પૂરી પાડવી જોઈએ.

કામના સ્થળે આરોગ્ય અને સુરક્ષાનું વ્યવસ્થાપનના નિયમો ૧૯૯૯ (The Management of Health and Safety at Work Regulations 1999) HSWA ને આધાર બનાવે છે અને રોજગારદાતાઓની જવાબદારીઓમાં જોખમો (લપસવા અને ઠોકર ખાવાના જોખમો સમેત)ના મૂલ્યાંકનની ફરજનો અને જરૂરિયાત હોય ત્યાં આરોગ્ય અને સુરક્ષાની જાળવણી માટે યોગ્ય પગલાં લેવાનો પણ સમાવેશ કરે છે.

કામના સ્થળના (આરોગ્ય, સુરક્ષા અને કલ્યાણ) નિયમો ૧૯૯૨ (The Workplace (Health,Safety and Welfare)Regulations 1992) અન્વયે ફરસો યોગ્ય, સારી સ્થિતિમાં અને અડચણો વિહીન હોવી જોઈએ. લોકો સુરક્ષિતપણે હરી ફરી શકવા જોઈએ.

સારી કાર્યપદ્ધતિઓ

શરૂઆતથી જ યોગ્ય પરિસ્થિતિ ઊભી કરો - આનાથી લપસવા કે ઠોકર ખાવાના જોખમોનો સામનો કરવાનું સહેલું બનશે. હંમેશા યોગ્ય પ્રકારની ફરસો પસંદ કરો અને ખાસ કરીને જે ક્ષેત્રો ભીના થવાનાં અથવા ખરાબ થવાનાં હોય (જેમ કે રસોડા અને દાખલ થવાના હોલ) - ત્યાં લીસી ફરસ ન રાખો. પ્રકાશનું સ્તર પૂરતું હોય તે ધ્યાનમાં રાખો અને ભીડ થતી અટકાવવા માટે રાહદારીઓ અને ટ્રાફિક માટે આવન જાવનની યોગ્ય વ્યવસ્થા કરો.

સફાઇ અને જાળવણી

કર્મચારીઓને તેમને પૂરા પાડવામાં આવેલ કોઇ પણ સુરક્ષા અને સફાઇ સાધનના યોગ્ય ઉપયોગ માટે તાલીમ આપો.

સફાઇની પદ્ધતિ અને સાધનો, જે પ્રકારની સપાટી પર કામ ચાલતુ હોય તેને માટે યોગ્ય હોવા જોઇએ. તમારે ઉત્પાદક કે પૂરવઠો પૂરો પાડનારાઓ પાસેથી સલાહ લેવાની જરૂર પડી શકે. જ્યારે સફાઇ અને જાળવણીનું કામ ચાલતું હોય ત્યારે વધારાના લપસવા કે ઠોકર વાગવાના જોખમો ઊભા ન થાય તેનું ધ્યાન રાખો.

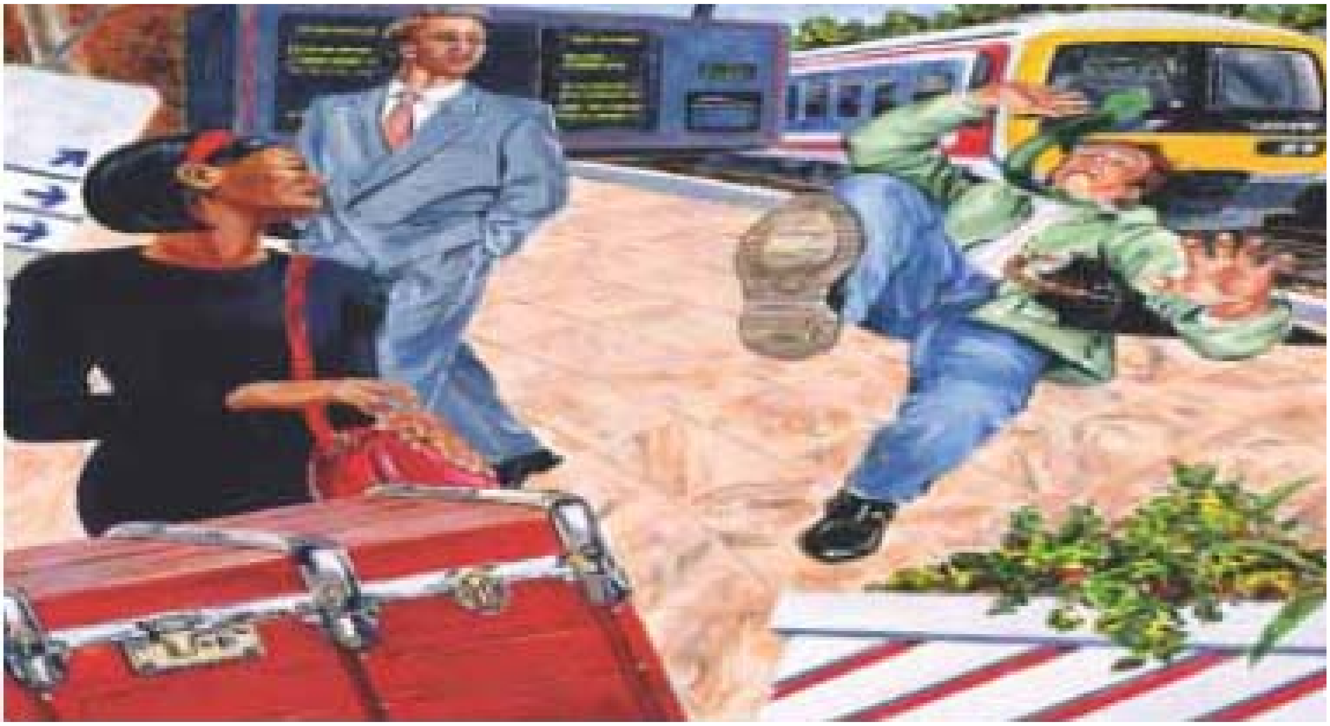
જરૂર પડે તે બધું જ જાળવણીને લગતું કામ તરત જ કરી નાંખો (તમને બહારથી મદદ અથવા માર્ગદર્શનની જરૂર પડી શકે). નિરીક્ષણ, પરીક્ષણ, ગોઠવણ અને સફાઇ બધું જ સમયાંતરે કરો. નોંધ રાખો જેથી તંત્રની તપાસ કરી શકાય.

પ્રકાશ લોકોને અડચણો, સંભવતઃ લપસણી સપાટીઓ વગેરે જોવામાં મદદરૂપ થવો જોઇએ, જેથી તેઓ સુરક્ષિતપણે કામ કરી શકે. લાઇટોને સુરક્ષિતપણે કામ ન કરી શકાય તેટલી નબળી થઇ જાય તે પહેલા બદલી નાંખો, તેનું સમારકામ કરી નાંખો અથવા સાફ કરી નાંખો.

ફરસોને ઢીલા પડી ગયેલાં પાટિયા, કાણાં અને તિરાડો તેમ જ જૂના ગાલીચા અથવા પગલૂછણિયા માટે તપાસવી જોઇએ. જો કામની પ્રક્રિયાના લીધે તે ભીની અથવા ધૂળવાળી થાય એવી શક્યતા હોય તો ફરસની પસંદગી કાળજીપૂર્વક કરો. જો અઘરી પરિસ્થિતિ માટે ફરસની પસંદગી કરતા હો તો નિષ્ણાતની સલાહ લો.

અડચણો અને જ્યાં ત્યાં પડયા રહેવા દીધેલી વસ્તુઓ ધ્યાન બહાર જઇને સરળતાથી ઠોકર લાગવાનું કારણ બની શકે. કામ કરવાના સ્થળને ચોખ્ખું રાખવાનો પ્રયત્ન કરો અને જો અડચણો ખસેડી શકાય એમ ન હોય તો લોકોને પાટિયા અથવા અવરોધકો વડે ચેતવણી આપો. કંઇ ઢોળાયું હોય તો તે સાફ કરવા માટે પૂંઠાનો ઉપયોગ કરવામાં આવવો ન જોઇએ કારણ કે તે પોતે ઠોકર વાગવાનું કારણ બની શકે એમ છે.

પગરખાં લપસવા કે ઠોકર વાગવાથી બચવામાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવી શકે. આ જ્યાં ફરસ કોરી રાખી શકાય એમ ન હોય ત્યાં ખૂબ મહત્ત્વનું છે. તમને પગરખાં પૂરા પાડનાર તમને લપસી ન જવાય તેવા તળિયાવાળા બૂટ લેવા વિશે સલાહ આપી શકશે. જો તે કર્મચારીઓની સુરક્ષા માટે મહત્ત્વપૂર્ણ હોય, તો રોજગારદાતાએ પગરખાં પૂરા પાડવા જોઇએ.



કામના સ્થળે લપસવા કે ઠોકર ખાવાથી બચાવ

એવાં અનેક સરળ પગલાં છે જે તમે જોખમ ઘટાડવા માટે લઇ શકો. નીચે કેટલાંક દાખલા આપેલા છે.

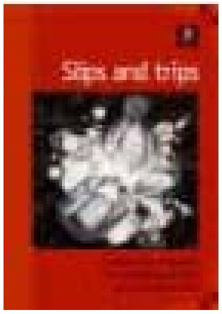
જોખમ	
સૂકાં અને ભીના પદાર્થો ઢોળાવા	જે કંઇ ઢોળાયું હોય તે તરત જ સાફ કરી નાંખો, જો પ્રવાહી ચીકણું હોય તો સફાઇ માટે યોગ્ય પદાર્થનો વપરાશ થાય તે જુઓ. સફાઇ પછી થોડો સમય ફરસ ભીની હોઇ શકે; શક્ય હોય ત્યાં તેને કોરી કરી નાંખો. લોકોને ફરસ ભીની છે તે જણાવવા માટે યોગ્ય અવરોધકોનો ઉપયોગ કરો અને પસાર થવા માટે વૈકલ્પિક રસ્તાની વ્યવસ્થા કરો. જો સફાઇ દિવસમાં એક વાર થતી હોય તો તે રાત્રે છેલ્લે થાય એવી વ્યવસ્થા કરી શકાય જેથી તે બીજી પાળીની શરુઆતમાં કોરું થઇ જાય.
લટકતાં કેબલ	સાધનો એવી રીતે ગોઠવો કે કેબલો રાહદારીઓના રસ્તામાં ન આવે, તેમને એક જગ્યાએ પકડી રાખવા માટે કેબલ કવરોનો ઉપયોગ કરો અને લોકોને સંપર્કમાં આવતા રોકવા માટે આવન-જાવન પર નિયંત્રણ રાખો. કોર્ડલેસ ઓજારોનો ઉપયોગ કરવા વિશે વિચારો. યાદ રાખો કે કોન્ટ્રાક્ટરોનું પણ વ્યવસ્થાપન કરવું પડશે.
આડો અવળો કચરો દા.ત. પ્લાસ્ટિકની થેલીઓ	વિસ્તારો ચોખ્ખા રાખો, કચરો દૂર કરો અને તેને ભેગો ન થવા દો.
ગાલીચા/પગલૂછણિયા	પગલૂછણિયા બરાબર જોડેલા હોય અને કિનારીથી વળી ન ગયા હોય તે ધ્યાનમાં રાખો.

એવાં અનેક સરળ પગલાં છે જે તમે જોખમ ઘટાડવા માટે લઇ શકો. નીચે કેટલાંક દાખલા આપેલા છે.

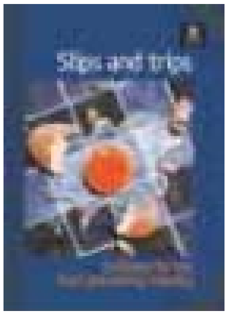
જોખમ	
અપૂરતી પ્રકાશ વ્યવસ્થા	પ્રકાશના સ્તર અને લાઇટના ફિટિંગનું સ્થાન સુધારો જેથી આખી ફરસ પર વધુ પ્રકાશ પડે.
લપસણી સપાટીઓ	કારણનું મૂલ્યાંકન કરી તેને તે મુજબ સાફ કરો, દાખલા તરીકે જો ભેજથી સમસ્યા થતી હોય તો તેમને હંમેશા કોરી રાખો. કેટલીક પરિસ્થિતિઓમાં તમારે તેમના પર રસાયણોનો અને યોગ્ય સફાઇ પદ્ધતિનો ઉપયોગ કરવો પડી શકે.
ફરસની ભીની સપાટીમાંથી કોરી સપાટીમાં પરિવર્તન	યોગ્ય પગરખાં પૂરા પાડો, પાટિયાનો ઉપયોગ કરી જોખમની ચેતવણી આપો, જ્યાં આવો ફેરફાર થાય એમ હોય ત્યાં પગલૂછણિયા મૂકો.
જુદી-જુદી સપાટીઓ	ન રાખવી પડે એવો પ્રયત્ન કરો. જો એમ ન કરી શકો, તો પ્રકાશ વ્યવસ્થા સુધારો, દેખાય એવા ચાલવાના સ્થળ તૈયાર કરો (એટલે કે પગથિયાને સફેદ / ચમકદાર કિનારી રાખો)
ઢાળ	જોવાનું સહેલું બનાવો, કઠેરા પૂરા પાડો, ફરસ પર નિશાનીઓ કરો.
જોવામાં અડચણ પેદા કરતા ધુમાડો/વરાળ	તેને જોખમના વિસ્તારોથી દૂર જવા માટે દિશા પરિવર્તન કરાવી નિયંત્રિત રાખો અથવા દૂર કરો; હવાની આવન-જાવનની વ્યવસ્થા સુધારો અને તેના વિશે ચેતવણી આપો.
અયોગ્ય પગરખા	કર્મચારીઓ યોગ્ય, ખાસ કરીને યોગ્ય પ્રકારના તળિયાવાળા પગરખાં પસંદ કરે તેવી વ્યવસ્થા કરો. જો તેઓ જે કામ કરતા હોય તેમાં ખાસ સુરક્ષા કરે એવાં પગરખાંની જરુર પડતી હોય, તો કાયદા મુજબ તે રોજગારદાતાએ નિઃશુલ્ક પૂરા પાડવાના હોય છે.

વધુ સલાહ

વધુ સલાહ HSEના નીચેના પ્રકાશનોમાં ઉપલબ્ધ છે.



લપસવું અને ઠોકર ખાવીઃ રોજગારદાતાઓ માટે જોખમો ઓળખવા અને નિયંત્રિત કરવા માટે માર્ગદર્શિકા
(Slips and trips: Guidance for employers on identifying hazards and controlling risks)
HSG155 HSE Books 1996
ISBN 0 7176 1145 0



લપસવું અને ઠોકર ખાવીઃ આહાર ઉદ્યોગ માટે માર્ગદર્શિકા
(Slips and trips: Guidance for the food processing industry)
HSG156 HSE Books 1996
ISBN 0 7176 0832 8

વધુ માહિતી

HSEના વેચાણ માટે અને નિઃશુલ્ક પ્રકાશનો મેઇલ ઓર્ડરથી અહીંથી ઉપલબ્ધ છેઃ
HSE Books, PO Box 1999, Sudbury,
Suffolk CO10 2WA ટેલિ: 01787 881165
ફેક્સ: 01787 313995 વેબસાઇટ: www.hsebooks.co.uk
(HSEના વેચાણ માટેના પ્રકાશનો પુસ્તકોની દુકાનોમાંથી પણ ઉપલબ્ધ છે અને નિઃશુલ્ક પ્રકાશનો HSEની વેબસાઇટ www.hse.gov.uk. પરથી ડાઉનલોડ કરી શકાય છે.)

આરોગ્ય અને સુરક્ષા વિશે માહિતી માટે HSEની ઇન્ફોલાઇનને ફોન કરો
ટેલિ: 0845 345 0055 ફેક્સ: 0845 408 9566
ટેક્સ્ટફોન: 0845 408 9577
ઇમેઇલ: hse.infoline@natbrit.com અથવા અહીં લખોઃ
HSE Information Services,Caerphilly Business Park,
Caerphilly CF83 3GG.

HSEની લપસવા અને ઠોકર ખાવા વિશેની વેબસાઇટ
www.hse.gov.uk/slips/index.htm પરથી પણ માહિતી મેળવી શકાય.

આ પત્રિકામાં એવી સારી કાર્યપદ્ધતિઓ વિશે નોંધ છે જે ફરજિયાત નથી, પણ જે તમને તમારે શું કરવું જોઇએ તે વિચારવામાં ઉપયોગી થઇ શકે.

આ પત્રિકા વેચાણ માટે ૧૫ના જથ્થામાં અહીંથી ઉપલબ્ધ છેઃ
HSE Books, ISBN 0 7176 2760 8. એક એક નિઃશુલ્ક નકલો પણ HSE Books માંથી ઉપલબ્ધ છે.

© *ક્રાઉન કોપીરાઇટ (Crown copyright)* આ પ્રકાશનની જાહેરાત, જાહેરખબર અથવા વ્યાપારિક ઉદ્દેશ્યો સિવાય છૂટથી નકલ કરી શકાય. પ્રથમ આવૃત્તિ ૧૧/૦૩. કૃપા કરી મૂળ સ્ત્રોત તરીકે HSEનો ઋણ સ્વીકાર કરશો.

INDG225 (સંસ્કરણ ૧) 08/05 C2250
હેલ્થ એન્ડ સેફ્ટી એક્ઝીક્યુટિવ દ્વારા મુદ્રિત અને પ્રકાશિત