

Kurdish

ئامۆزگارىيە گىرنگەكان دەربارەى پەيزە و پەيزەى چوارپىچكە (Top tips for ladder and stepladder safety)

خۆئامادەكردن بۇ دانانى پەيزە

- پوژانە بەر لە بەكارهينانى، پەيزەكە پىشكەنە/چىكەكە (لەوانە پىچكەكانى پەيزەكە)
- پەيزەكە بە چاكى و بە چىگىرىيى دابنى
- ئەو زەوييەى پەيزەكەى لەسەر دادەنئىت دەبىت تەخت و رەق و تۆكمە بىت
- ئەوپەرى لىژىي/لارىي زەوييەكە بە ئاراستەى تەنئىشتەكانى پەيزەكە دەبىت 16° بىت (پىپلىكەكان بە ئامپازىكى گونجاو تەخت بەكە)
- ئەوپەرى لىژىي/لارىي زەوييەكە بە ئاراستەى پىشتەووى پەيزەكە دەبىت 6° بىت
- ئەو بەشەى كە سەرەووى پەيزەكەى پىوھە لەدەپەسىرئىت دەبىت خالىكى بەهيز بىت (نابىت پلوسك و ئاوپەرى پلاستىكىي گويىوانە و قەراخى ديوار بىت)
- پىوئىستە زەوييەكە پاكوخاوين بىت و خلىسك نەبىت

چۆنئەتى بەكارهينانى پەيزە

- بۇ ماوئەكى ماوئەى كورت كار بەكە (ئەوپەرى 30 دەقىقە)
- كارى سووكى لەسەر بەكە (ئەوپەرى 10 كىلوگرام)
- دەبىت گۆشەى پەيزەكە برىتى بىت لە 75° - رىئاسى 1 لە 4 (دەبىت بۇ ھەر 1 بەش لە سەر و خالى ھەلپەساردنەكەىوھ 4 ئەوئەندە/بەش بەرەو خوارەوھ ھەبىت)
- ھەمىشە كە سەر دەكەويت تووند دەست بە پەيزەكەوھ بەرە
- كاتىك لەسەر پەيزە كار دەكەيت، خۆت لار مەكەرەوھ و لەشت درىژ مەكە - دىئىيى بەكە كە ئاسنى قايشەكەت لە لاتەنئىشتەكانى پەيزەكە تىناپەرئىت و ھەردوو پىت لەسەر ھەمان پىپلىكە دابنى
- لەسەر دواترئىن سى پىپلىكەى سەرەوھ كار مەكە - ئەمە بۇ دەستگرتنە

خۆئامادەكردن بۇ كردنەوھ و دانانى پەيزەى چوارپىچكە

- پوژانە بەر لە بەكارهينانى، پەيزەكە پىشكەنە/چىكەكە (لەوانە پىچكەكانى پەيزەكە)
- دىئىيى بەكە كە بۆشايى/پووبەرىكى ئەوئەندە ھەيە كە پەيزەكەى تىدا بە تەواوى بەكەيتەوھ
- ئەگەر ھەر شتىك ھەيە بۇ ئەوئەى پەيزەكە لە كاتى كردنەوھىدا بە تۆكمەىي رابگرئىت بەكاربىھئىنە
- ئەو زەوييەى پەيزەكەى لەسەر دادەنئىت دەبىت تەخت و رەق و تۆكمە بىت
- پىوئىستە زەوييەكە پاكوخاوين بىت و خلىسك نەبىت

چۆنئەتى بەكارهينانى پەيزەى چوارپىچكە

- بۇ ماوئەكى ماوئەى كورت كار بەكە (ئەوپەرى 30 دەقىقە)
- كارى سووكى لەسەر بەكە (ئەوپەرى 10 كىلوگرام)
- لەسەر دواترئىن دوو پىپلىكەى سەرەوھ كار مەكە (ياخود دوو سى پىپلىكەى پەيزەى دوو فاقەىي/پەيزەى چوارپىچكەى دوو لا)
- ھەولبەدە لەسەر پەيزەكە لا بە لا (لەسەر تەنئىشت) كار نەكەيت
- كاتىك لەسەر پەيزە كار دەكەيت، خۆت لار مەكەرەوھ و لەشت درىژ مەكە - دىئىيى بەكە كە ئاسنى قايشەكەت لە لاتەنئىشتەكانى پەيزەكە تىناپەرئىت و ھەردوو پىت لەسەر ھەمان پىپلىكە دابنى

زانبارى زياتر

بەكارهينانى پەيزە و پەيزەى چوارپىچكە بە سەلامەتى (Safe use of ladders and stepladders): رىئىمىيەك بۇ خاوەنكاران NDG402 بلاوكرادەكانى دەزگای تەندروستى و سەلامەتى (HSE) 2005 (دەتوانرئىت بەك كۆبىي بە خۆرايى بەدەست بەكوئىت يان دەتوانرئىت سەفتەى 5 دانەىي لىبىرئىت (An employers' guide INDG402 HSE Books 2005) (ISBN 0 7176 6105 9)

بۇ زانبارى زياتر بروانە: <http://www.hse.gov.uk/falls/index.htm>

بۇ زانبارى زياتر دەربارەى تەندروستى و سەلامەتى، تەلەفون بۇ ھىلى زانبارى دەزگای تەندروستى و سەلامەتى (HSE) بەكە تەلەفون: 0845 345 0055
فاكس: 0845 408 9566 تىكستفون: 0845 408 9577 ئىمىل: hse.infoline@natbrit.com يان نامە بنىرە بۇ HSE Information Services, Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG ياخود سەردانى مالىپەرى ئىنتەرنىتى دەزگای تەندروستى و سەلامەتى (HSE) بەكە لە ئەدرەسى www.hse.gov.uk

ئەمە رىئىمىيەكى زانبارىيە دەربارەى چۆنئەتى كارکردن بە رىكويىكى، كە پەيرەوكردىنان بە زۆرەملى (ئىجبارى) نىە بەلام دەشئىت بىبىئىت كە سەبارەت بە ئەو كارانەى پىوئىستە بىيانكەيت بەسوود و بەكەلەن. ئەم رىئىمىيەمەىە لە ژىر ژمارەى ISBN 0 7176 6127 X تۆمار كراوھ و دەتوانرئىت

سەفتەى 25 دانەبى لە بەشى بلاوكرائوكانى دەزگای تەندروستى و سەلامەتى (HSE) بگردیت. ھەرودھا دەتوانریت یەك كۆپىى بە خۆپایى لە بەشى بلاوكرائوكانى دەزگای تەندروستى و سەلامەتى (HSE) بە دەست بکەویت، ژمارەى تەلەفون 01787 881165 .
© Crown copyright (مافەكانى كۆپکردن) جگە بە مەبەستى رىكلام، پىشنگىرى یان بازرگانى نەبیت، ئەگینا ئەم بلاوكرائوکیە دەتوانریت بە ئازادى بەرھەم بھێنریتەو. یەكەم جار لە 05\10 دا بەرھەمھێنراو. تکیاى ئاماژە بدە كە سەرچاوەكەى بریتىە لە دەزگای تەندروستى و سەلامەتى (HSE).

INDG405 10/05 C4000

لە لایەن Health and Safety Executive (دەزگای تەندروستى و سەلامەتى) چاپکراو و بلاوكرائوکیەو.