Punjabi

–

ਰੋਕਥਾਮ

ਕੰਮ ਤੇ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡੇ ਲੱਗਣ ਦੀ

Preventing

Slips and trips **at work**

ਕੰਮ ਤੇ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡੇ ਵੱਜਣ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ

ਰੋਕਥਾਮ
ਕੰਮ ਤੇ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡੇ ਲੱਗਣ ਦੀ

ਹਰ ਸਾਲ ਰੀਪੋਰਟ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵੱਡੀਆਂ ਸੱਟ-ਪੇਟਾਂ ਦੇ ਇਕ ਤਿਹਾਈ ਹਿੱਸੇ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਤਿਲਕਣ ਜਾਂ ਠੇਡਾ ਵੱਜਣ (**ਕੰਮ ਉਤੇ ਸੱਟ-ਪੇਟ ਲੱਗਣ ਦਾ ਇਕ ਇਕੱਲਾ ਆਮ ਕਾਰਨ**) ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਕਾਰਨ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਕਾਰਨ ਇੰਪਲੋਯਰਾਂ ਨੂੰ ਉਤਪਾਦਨ ਵਿਚ ਘਾਟੇ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਖਰਚਾਂ ਸਮੇਤ ਹਰ ਸਾਲ £512 ਮਿਲੀਅਨ ਪੌਂਡ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰਫੈਕਚਰਿੰਗ ਅਤੇ ਸਰਵਿਸ ਦੋਨਾਂ ਹੀ ਸੈਕਟਰਾਂ ਵਿਚ ਗੈਰ-ਘਾਤਕ ਵੱਡੀਆਂ ਸੱਟ-ਪੇਟਾਂ ਦਾ ਸੱਭ ਨਾਲੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਆਮ ਕਾਰਨ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡੇ ਲੱਗਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਪਬਲਿਕ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੱਟ-ਪੇਟਾਂ ਜੋ ਰੀਪੋਰਟ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚੋਂ ਅੱਧੀਆਂ ਨਾਲੋਂ ਵੱਧ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਇਹ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡੇ ਲੱਗਣ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਨੂੰ ਸਮਝਦੇ ਹੋਏ ਸਰਕਾਰ ਅਤੇ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਕਮੀਸ਼ਨ ਨੇ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਕਾਰਗੁਜ਼ਾਰੀ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਮਕਸਦ ਨਾਲ ਸਥਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅੱਠ ਤਰਜ਼ੀਹੀ ਕੌਮੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਇਸ ਵਿਸ਼ੇ ਨੂੰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਜੂਨ 2000 ਦੇ ਕਾਰਜਨੀਤਕ ਬਿਆਨ *ਰੀਵਾਈਟਲਾਈਜ਼ਿੰਗ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ* ਵਿਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਨ।

ਸੱਟ-ਪੇਟ ਕਾਰਨ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਕਨੂੰਨੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਾਰੋਬਾਰ ਵਾਸਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਦੇਹ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜਿੱਥੇ ਪਬਲਿਕ ਇਸ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ। ਇਨਸ਼ੋਰੈਂਸ ਖਰਚ ਦਾ ਸਿਰਫ ਥੋੜਾ ਜਿਹਾ ਹਿੱਸਾ ਹੀ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕੰਮ ਉਪਰ ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਇੰਪਲੋਯਰ, ਚੰਗੇ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਰਾਹੀਂ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਘੱਟਾਉਣ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਸਰਦਾਰ ਹੱਲ ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਸਾਧਾਰਨ ਅਤੇ ਸਸਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਦੂਸਰੇ ਲਾਭ ਵੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਪ੍ਰਬੰਧ

ਇਕ ਚੰਗੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਸਿਸਟਮ ਰਾਹੀਂ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ, ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਵਾਰੇ ਫੈਸਲਾ, ਕੀਤੇ ਗਏ ਫੈਸਲਿਆਂ ਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਅਤੇ ਉਠਾਏ ਗਏ ਕਦਮ ਅਸਰਦਾਰ ਹਨ ਜਾਂ ਨਹੀਂ ਚੈਕ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਇਕ ਚੰਗੇ ਸਿਸਟਮ ਵਿਚ ਇਹ ਕੁੱਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ:

ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਮੁੱਖ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸੁਧਾਰ ਵਾਸਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨੇ ਮਿਥੋ। ਇੰਪਲੋਯਰ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨਾਲ ਮਿਲਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖੇਤਰਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਖਿਆਲ ਅਨੁਸਾਰ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਾ ਹੈ (ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਵੱਡੀ ਸੱਟ-ਪੇਟ ਲੱਗਣ ਦੇ ਹਰ ਹਾਦਸੇ ਪਿੱਛੇ ਮਾੜੀ ਮੋਟੀ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਸੱਟ ਨਾ ਲੱਗਣ ਵਾਲੇ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਤਕਰੀਬਨ 40 ਕੇਸ ਹੋਣਗੇ)। ਮਟੀਰੀਅਲਾਂ, ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕੀਤੀ ਹੋਈ ਚੋਣ ਨਾਲ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਬਰੀਕ ਪਾਊਡਰਾਂ ਅਤੇ ਚੀਜ਼ਾਂ ਕਾਰਨ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾਂ ਸੀਮਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਕੇ ਨਹੀਂ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਉਥੇ ਸਪਲੱਸ਼ ਗਾਰਡ ਅਤੇ ਐਂਟੀ-ਸਲਿਪ ਫਲੋਰਿੰਗਜ ਫਿੱਟ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਥਾਵਾਂ ਵਿਚ ਤਾਰਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਰੇ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ ਕੋਰਡਲੈਸ ਟੂਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ। ਇਸ ਸੱਭ ਕਾਸੇ ਨਾਲ ਸੰਭਾਵੀ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੂਰ ਜਾਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਵਿਵੱਸਥਾ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਘੱਟ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦਾ ਸ਼ਾਮਲ ਅਤੇ ਵਚਨਬੱਧ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਲੋਕਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੁਪਾਈਜਰਾਂ) ਨੂੰ ਵਰਕਪਲੇਸ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ, ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਕੁੱਝ ਡੁੱਲ ਜਾਣ ਤੇ ਉਸ ਅਤੇ ਬਾਕੀ ਚੀਜ਼ਾਂ ਦੀ ਫੌਰਨ ਸਫਾਈ, ਆਉਣ ਜਾਣ ਦੇ ਰਾਸਤੇ ਸਾਫ ਰੱਖਣ, ਅਤੇ ਰੌਸ਼ਨੀ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਣ, ਦੀਆਂ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਦੇਵੋ। ਕੌਣ ਕਿਸ ਵਿਵੱਸਥਾ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹੈ ਦਾ

ਰੀਕਾਰਡ ਰੱਖੋ; ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਦਾ ਖਾਸ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ। ਇਹ ਵੇਰਵਾ ਹਰ ਇਕ ਨੂੰ ਸਪੱਸ਼ਟ ਕਰ ਦੇਵੋ।

ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਯਕੀਨੀ ਬਨਾਉਣ ਲਈ ਚੈਕ ਕਰੋ ਕਿ ਕੰਮ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਅਤੇ ਕਾਰਜਵਿਧੀਆਂ ਠੀਕ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੱਧਰੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਗਿੱਲਾ ਨਾ ਛੱਡਿਆ ਜਾਵੇ, ਹਾਊਸਕੀਪਿੰਗ ਚੰਗਾ ਹੋਵੇ, ਸਾਮਾਨ ਵਿਚੋਂ ਕੁੱਝ ਲੀਕ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਛੱਤ ਦੀਆਂ ਰੌਸ਼ਨੀਆਂ ਦੀ ਫੌਰਨ ਮੁਰੰਮਤ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ। ਕਲੀਨਿੰਗ ਅਤੇ ਮੇਨਟਨੈਂਸ ਕੰਮ ਦਾ ਰੀਕਾਰਡ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰੋ।

ਨਜ਼ਰਸਾਨੀ ਅਤੇ ਮੁੜ ਵਿਚਾਰ
ਹਾਦਸਿਅ ਜਾਂਚ ਪੜਤਾਲ ਅਤੇ ਇਨਸਪੈਕਸ਼ਨ ਰੀਪੋਰਟਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰਸਾਨੀ ਕਰੋ। ਆਪਣੀ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿਵੱਸਥਾ ਵਿਚ ਊਣਤਾਈਆਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਕੋਈ ਸੁਧਾਰ ਨਜ਼ਰ ਆ ਰਿਹਾ ਹੈ? ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਢਿਆਂ ਵਾਰੇ ਕਿਸੇ ਸੇਫਟੀ ਪ੍ਰਤੀਨਿਧ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ – ਉਹ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖਤ ਅਤੇ ਹੱਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਮਾਜੂਦਾ ਕੰਟ੍ਰੋਲ ਉਪਾਵਾਂ ਉਤੇ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਆਮਤੌਰ ਤੇ ਉਹ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਵਾਸਤੇ ਕੀਤੇ ਗਏ ਉਪਾਵਾਂ ਦੀ ਅਸਰਦਾਰੀ ਵਾਰੇ ਜਾਨਣ ਲਈ ਬੇਹਤਰ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਨਰੀਖਣ ਕਰੋ

ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਵਿਜ਼ਿਟਰਜ ਅਤੇ ਪਬਲਿਕ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ, ਨੂੰ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਣਾ ਸੱਭ ਇੰਪਲੋਯਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਵਿਚ ਮੱਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਕਿ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਕਾਬੂ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਕਨੂੰਨ ਦੀ ਤਸੱਲੀ ਕਰਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਐਚਐਸਈ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਦੇ ਜਾਇਜ਼ੇ ਲਈ ਪੰਜ-ਕਦਮ ਵਾਲੀ ਪਹੁੰਚ ਅਪਨਾਉਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਨਰੀਖਣ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦੂਸਰੇ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਵਿਚ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਕਦਮ 1 – ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਖਤਰੇ ਤੇ ਗੌਰ ਕਰੋ ਵਰਕਪਲੇਸ ਵਿਚ, ਜਿਵੇਂ ਉਚੀਆਂ ਨੀਵੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ, ਲਮਕਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ, ਕੁੱਝ ਡੁੱਲਣ ਕਾਰਨ ਤਿਲਕਣਦਾਰ ਖੇਤਰ। ਬਾਹਰਲੇ ਇਲਾਕੇ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

ਕਦਮ 2 – ਫੈਸਲਾ ਕਰੋ ਕਿ ਕਿਸਨੂੰ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਰਕਪਲੇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੌਣ ਆਉਂਦਾ ਹੈ? ਕੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਾ ਹੈ? ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਬਜ਼ੁਰਗ ਅਤੇ ਅਪਾਹਜ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਦਮ 3 – ਸੰਭਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਕੀ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਹੀ ਕੀਤੇ ਹੋਏ ਉਪਾਅ ਕਾਫੀ ਹਨ?

ਕਦਮ 4 – ਜੋ ਪਤਾ ਲੱਗੇ ਰੀਕਾਰਡ ਕਰੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ ਪੰਜ ਜਾਂ ਇਸਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ।

ਕਦਮ 5 – ਜਾਇਜ਼ੇ ਉਪਰ ਬਾਕਾਇਦਾ ਮੁੜ-ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਜੇ ਕੋਈ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਤਾਂ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣ ਲਈ ਮਜੂਦਾ ਉਪਾਅ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਵਿਵੱਸਥਾ ਹਾਲੇ ਵੀ ਉਚਿਤ ਹਨ।

ਕਨੂੰਨ ਕੀ ਕਹਿੰਦਾ ਹੈ

ਦੀ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਐਟ ਵਰਕ ਇਕਸੈਟਰਾ 1974 **(ਐਚਐਸਡਬਲਯੂਏ)** ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੰਪਲੋਯਰ ਆਪਣੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਨਾਉਣ। ਇਸ ਵਿਚ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਢਿਆਂ ਦੇ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਤੇ ਕਾਬੂ ਪਾਉਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਆਪ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੋਇਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਾਮਾਨ ਵਰਤਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਦੀ ਵਰਕਪਲੇਸ (ਹੈਲਥ, ਸੇਫਟੀ ਐਂਡ ਵੈਲਫੇਅਰ) ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨਜ 1992 ਮੰਗ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਫਰਸ਼ਾਂ ਢੁੱਕਵੀਆਂ, ਚੰਗੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਅਤੇ ਰੁਕਾਵਟ ਮੁਕਤ ਹੋਣ। ਲੋਕ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਚੱਲ ਫਿਰ ਸਕਣ।

ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਚੰਗਾ ਅਭਿਆਸ

ਸ਼ੁਰੂ ਤੋਂ ਹੀ ਹਾਲਾਤ ਠੀਕ ਰੱਖੋ – ਇਸ ਤਰਾਂ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਨਾਲ ਨਿਪਟਣਾ ਆਸਾਨ ਹੋਵੇਗਾ। ਢੁੱਕਵੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਗਿੱਲੇ/ਗੰਦੇ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਥਾਵਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਰਸ਼ੋਈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਵੇਸ਼ ਹਾਲ) ਵਿਚ ਬਹੁਤੀ ਮੁਲਾਇਮ ਫਰਸ਼ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਗੁਰੇਜ਼ ਕਰੋ। ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੋ ਕਿ ਰੋਸ਼ਨੀ ਦੀ ਦਰ, ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਅਤੇ ਟ੍ਰੈਫਿਕ ਦੇ ਰੂਟਾਂ ਦੀ ਵਿਉਂਤ ਠੀਕ ਹੈ ਅਤੇ ਬਹੁਤੇ ਭੀੜ-ਭੜੱਕੇ ਤੋਂ ਬਚੋ।

ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਨਾਉਣਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਪਪਾਦਨ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਮੈਨੂੰਫੈਕਚਰ੍ਰਜ਼ ਅਤੇ ਸੁਪਲਾਇਰਜ ਦੀ ਡਿਊਟੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਰੇ ਕਾਫੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਣੀ ਵੀ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਦੀ ਮੈਨੇਜਮੈਂਟ ਔਫ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਐਟ ਵਰਕ ਰੈਗੂਲੇਸ਼ਨਜ 1999 ਐਚਐਸਡਬਲਯੂਏ ਤੋਂ ਅੱਗੇ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਚ ਇੰਪਲੋਯਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ (ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਸਮੇਤ) ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਣ ਅਤੇ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਨੂੰ ਸੇਫਗਾਰਡ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਨ ਦੇ ਫਰਜ਼ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਮੇਨਟਨੈਂਸ

ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੋ ਕਿ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਫਾਈ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਸਾਮਾਨ ਦੀ ਸਹੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਸਤੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ।

ਸਫਾਈ ਸਾਮਾਨ ਅਤੇ ਤਰੀਕੇ ਸਾਫ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਅਨੁਸਾਰ ਢੁੱਕਵੇਂ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਢੁੱਕਵੇਂ ਤਰੀਕਿਆਂ ਅਤੇ ਟ੍ਰੀਟਮੈਂਟ ਵਾਸਤੇ ਮੈਨੂੰਫੈਕਚ੍ਰਰਜ

ਜਾਂ ਸੁਪਲਾਇਰ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ ਕਿ ਸਫਾਈ ਜਾਂ ਮੇਨਟਨੈਂਸ ਦਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੌਰਾਨ ਤਿਲਕਣ ਜਾਂ ਠੇਡਿਆਂ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਖਤਰੇ ਪੈਦਾ ਨਾ ਹੋਣ।

ਸਾਰਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਮੇਨਟਨੈਂਸ ਕੰਮ ਫੌਰਨ ਕਰੋ (ਤੁਹਾਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਗਾਈਡੈਂਸ ਜਾਂ ਮੱਦਦ ਲੈਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ)। ਢੁੱਕਵੇਂ ਸਮੇਂ ਬਾਅਦ ਇਨਸਪੈਕਸ਼ਨ, ਟੈਸਟਿੰਗ, ਅਡਜੱਸਟਮੈਂਟ ਅਤੇ ਕਲੀਨਿੰਗ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਰੀਕਾਰਡ ਰੱਖੋ ਤਾਂਕਿ ਸਿਸਟਮ ਚੈਕ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਰੌਸਨੀ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਰੁਕਾਵਟਾਂ, ਜਾਂ ਸੰਭਾਵਤ ਤਿਲਕਣਦਾਰ ਥਾਵਾਂ ਆਦਿ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਦੇਖ ਸਕਣ ਯੋਗ ਢੁੱਕਵੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਉਹ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਣ। ਇਸਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਣ ਲਈ ਹਾਲਾਤ ਮਾੜੇ ਹੋ ਜਾਣ ਲਾਈਟਾਂ ਦੀ ਸਫਾਈ, ਮੁਰੰਮਤ ਕਰੋ ਜਾਂ ਨਵੀਆਂ ਲਗਾਉ।

ਫਰਸ਼ਾਂ ਉਖੜੀਆਂ, ਟੋਏਦਾਰ ਜਾਂ ਤਿੜਕੀਆਂ ਨਾ ਹੋਣ ਅਤੇ ਰੈਗ ਜਾਂ ਮੈਟ ਪਾਟੇ ਹੋਏ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਸਤੇ ਚੈਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਜੇ ਕੰਮ ਦੌਰਾਨ ਉਹ ਗਿੱਲੀਆਂ ਜਾਂ ਧੂੜ ਭਰੀਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਤਾਂ ਫਰਸ਼ਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਬੜੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੋ। ਜੇ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਾਸਤੇ ਫਰਸ਼ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨੀ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਹਿਰ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।

ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਅਤੇ ਖਿਲਰੀਆਂ ਪੁਲਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਵਲੋਂ ਸਹਿਜੇ ਹੀ ਬੇਧਿਆਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਠੇਡਾ ਲੱਗਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਨੂੰ ਸੰਵਾਰ ਕੇ ਰੱਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ ਅਤੇ ਜੇ ਰੁਕਾਵਟਾਂ ਹਟਾਈਆਂ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਤਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸਾਈਨਾ ਅਤੇ ਬੈਰੀਅਰਾਂ ਰਾਹੀਂ ਚੇਤੰਨ ਕਰ ਦੇਵੋ। ਕਿਸੇ ਡੁੱਲੇ ਹੋਏ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਨੂੰ ਚੂਸਣ ਵਾਸਤੇ ਗੱਤੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਕਿਉਂਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਠੇਡਾ ਲੱਗਣ ਦਾ ਖਤਰਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਪੈਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਫੁਟਵੇਅਰ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੇਡਿਆਂ ਦੀ ਰੋਕਥਾਮ ਵਿਚ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਪਾ ਸਕਦਾ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਐਚਐਸਈ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨਾ ਵਿਚ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ।

ਸਲਿਪਸ ਐਂਡ ਟ੍ਰਿੱਪਸ: ਗਾਈਡੈਂਸ ਫੋਰ ਇੰਪਲੋਯਰਜ ਔਨ ਆਈਡੈਂਟੀਫਾਈਂਗ ਹੈਜ਼ਰਡਜ ਐਂਡ ਕੰਟ੍ਰੋਲਿੰਗ ਰਿਸਕਸ ਐਚਐਸਜੀ155
ਐਚਐਸਈ ਬੁੱਕਸ 1996
ਆਈਐਸਬੀਐਨਈ
0 7176 1145 0

ਸਲਿਪਸ ਐਂਡ ਟ੍ਰਿੱਪਸ: ਗਾਈਡੈਂਸ ਫੋਰ ਫੂਡ ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਇੰਡੱਸਟਰੀ ਐਚਐਸਜੀ156
ਐਚਐਸਈ ਬੁੱਕਸ 1996
ਆਈਐਸਬੀਐਨਈ
0 7176 0832 8

ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਇਹ ਉਥੇ ਬਹੁਤ ਮਹੱਤਵ ਪੂਰਨ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਫਰਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਕਾ ਨਾ ਰੱਖਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੋਵੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਫੁਟਵੇਅਰ ਸੁਪਲਾਈ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਤਿਲਕਣ-ਰੋਕੂ ਤਲਿਆਂ ਵਾਲੇ ਜੁੱਤਿਆਂ/ਬੂਟਾਂ ਵਾਰੇ ਸਲਾਹ ਮਸ਼ਵਰਾ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਾਸਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇੰਪਲੋਯਰਾਂ ਨੂੰ ਫੁਟਵੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਾਧਾਰਨ ਕਦਮ ਉਠਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕੁੱਝ ਮਿਸਾਲਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਪਰਚੇ ਦੇ ਦੂਸਰੇ ਪਾਸੇ ਮਿਲ ਜਾਣਗੀਆਂ।

ਖਤਰਾ	ਸੁਝਾਵਤ ਕਾਰਵਾਈ
ਗਿੱਲੇ ਅਤੇ ਸੁਕੇ ਮਾਦਿਆਂ ਦਾ ਡੁੱਲ ਜਾਣਾ	ਡੁੱਲੇ ਹੋਏ ਮਾਦਿਆਂ ਨੂੰ ਫੌਰਨ ਸਾਫ ਕਰ ਦੇਵੋ। ਜੇ ਡੁੱਲਾ ਹੋਏ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਵਿਚ ਗ੍ਰੀਸ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਯਕੀਨੀ ਤੌਰ ਤੇ ਕੋਈ ਢੁਕਵਾਂ ਕਲੀਨਿੰਗ ਏਜੰਟ ਵਰਤੋ। ਸਫਾਈ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕਾਫੀ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਫਰਸ਼ ਗਿੱਲੀ ਰਹਿ ਸਕਦੀ ਹੈ; ਜਿੱਥੇ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ ਇਸਨੂੰ ਸੁੱਕਾ ਕਰ ਦੇਵੋ। ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਫਰਸ਼ ਅਜੇ ਗਿੱਲੀ ਹੈ ਢੁੱਕਵੇਂ ਬੈਰੀਅਰ ਵਰਤੋ ਅਤੇ ਬਚਕੇ ਲੰਘਣ ਵਾਸਤੇ ਬਦਲਵੇਂ ਰੂਟਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰੋ। ਜੇ ਸਫਾਈ ਦਿਨ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਰਾਤ ਨੂੰ ਆਖਰੀ ਕੰਮ ਵਜੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਅਗਲੀ ਸ਼ਿਫਟ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਸੁੱਕ ਜਾਵੇ।
ਲਮਕਦੀਆਂ ਤਾਰਾਂ	ਸਾਮਾਨ ਨੂੰ ਇਸ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਟਿਕਾਵੋ ਕਿ ਤਾਰਾਂ ਪੈਦਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਰਾਹ ਵਿਚ ਨਾ ਆਉਣ, ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਚਿਪਕਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਕੇਬਲ ਕਵਰ ਵਰਤੋ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ। ਤਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਔਜ਼ਾਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ। ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਠੇਕੇਦਾਰਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣ ਦੀ ਵੀ ਲੋੜ ਹੈ।
ਫੁਟਕਲ ਕੂੜਾ-ਕਰਕਟ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਲਾਸਟਿਕ ਬੈਗ	ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਫ ਰੱਖੋ, ਕੂੜਾ-ਕਰਕਟ ਹਟਾ ਦੇਵੋ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਜਮ੍ਹਾ ਨਾ ਹੋਣ ਦੇਵੋ।
ਰੱਗਜ/ਮੈਟਸ	ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉ ਕਿ ਮੈਟਸ ਚੰਗੀ ਤਰਾਂ ਫਿਕਸ ਕੀਤੇ ਹੋਣ ਅਤੇ ਕੰਢੇ ਮੁੜੇ ਹੋਏ ਨਾ ਹੋਣ।
ਮਾੜੀ ਰੌਸ਼ਨੀ	ਰੌਸ਼ਨੀ ਦੀ ਦਰ ਬੇਹਤਰ ਬਣਾਵੋ ਅਤੇ ਲਈਟ ਫਿਟਿੰਗਜ ਇਸ ਤਰਾਂ ਲਗਾਵੋ ਕਿ ਸਾਰੇ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਪਹੁੰਚੇ।

ਖਤਰਾ	ਸੁਝਾਵਤ ਕਾਰਵਾਈ
ਤਿਲਕਣਦਾਰ ਥਾਵਾਂ	ਮੂਲ ਕਾਰਨ ਦਾ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲਵੋ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਉਪਾਅ ਕਰੋ, ਮਿਸਾਲ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਜੇ ਉਹ ਗਿੱਲੇ ਹੋਣ ਨਾਲ ਸਮੱਸਿਆ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸੁੱਕੇ ਰੱਖੋ। ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਹਾਲਤਾਂ ਵਿਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਕੈਮੀਕਲ ਅਤੇ ਸਫਾਈ ਦੇ ਢੁੱਕਵੇਂ ਤਰੀਕੇ ਵਰਤਣੇ ਪੈਣ।
ਗਿੱਲੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ ਤੋਂ ਸੁੱਕੀਆਂ ਫਰਸ਼ਾਂ ਵਾਲੇ ਥਾਂ ਤਬਦੀਲ ਹੋਣਾ	ਢੁੱਕਵਾਂ ਫੁਟਵੇਅਰ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ, ਸਾਈਨਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਰਾਹੀਂ ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਵੋ, ਜਿੱਥੇ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਉਥੇ ਡੋਰਮੈਟ ਰੱਖੋ।
ਉਚੇ ਨੀਵੇਂ ਥਾਵਾਂ ਦੀ ਤਬਦੀਲੀ	ਇਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਸਾਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ। ਜੇ ਐਸਾ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਤਾਂ ਰੋਸ਼ਨੀ ਬੇਹਤਰ ਕਰੋ, ਉਚੀ ਥਾਂ ਤੇ ਦੂਰੋਂ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਚੀਜ਼ ਲਗਾਵੋ (ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪੌੜੀ ਦੇ ਪੌਡੇ ਦਾ ਚਿੱਟਾ/ਚਮਕਦਾ ਸਿਰਾ)।
ਢਲਵਾਣਾ	ਦੇਖਣ ਯੋਗਤਾ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰੋ, ਹੈਂਡ ਰੇਅਲਜ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ, ਫਰਸ਼ਾਂ ਉਤੇ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ
ਧੂੰਏਂ/ਭਾਫ ਕਾਰਨ ਦੇਖਣ ਵਿਚ ਰੁਕਾਵਟ	ਸੰਭਾਵੀ-ਖਤਰੇ ਵਾਲੇ ਥਾਵਾਂ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢ ਕੇ ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਦੂਰ ਜਾਂ ਕਾਬੂ ਵਿਚ ਕਰੋ; ਹਵਾ ਅੰਦਰ ਆਉਣ-ਜਾਣ ਵਿਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਸ ਵਾਰੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਦੇਵੋ।
ਨਾ-ਢੁੱਕਵਾਂ ਫੁਟਵੇਅਰ	ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਵੋ ਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀ ਢੁੱਕਵੇਂ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਸਹੀ ਤਲੇ ਵਾਲੇ, ਫੁਟਵੇਅਰ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ। ਜੇ ਕੰਮ ਦੀ ਕਿਸਮ ਅਨੁਸਾਰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਕਿਸਮ ਦੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਫੁਟਵੇਅਰ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਨੂੰਨ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇੰਪਲੋਯਰ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਕੀਮਤ ਵਸੂਲ ਕਰਨ ਦੇ ਇਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੇ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ –

ਐਚਐਸਈ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਮੁੱਲ ਵਾਲੀਆਂ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨਾ ਮੇਲ ਆਰਡਰ ਰਾਹੀਂ ਇਸ ਪਤੇ ਤੋਂ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ HSE Books, PO Box 1999, Sudbury, Suffolk CO10 2WA
ਫੋਨ: 01787 881165 ਫੈਕਸ: 01787 313995
ਵੈਬਸਾਈਟ: www.hsebooks.co.uk (ਐਚਐਸਈ ਦੀਆਂ ਮੁੱਲ ਵਾਲੀਆਂ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨਾ ਕਿਤਾਬਾਂ ਦੀਆਂ ਦੁਕਾਨਾ ਤੋਂ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹਨ ਅਤੇ ਮੁਫਤ ਲੀਫਲੈਟ ਐਚਐਸਈ ਦੀ ਵੈਬਸਾਈਟ www.hse.gov.uk ਤੋਂ ਡਾਊਨਲੋਡ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ)

ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਵਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਐਚਐਸਈ ਦੀ ਇਨਫੋਲਾਈਨ ਦੀ ਘੰਟੀ ਖੜਕਾਉ ਫੋਨ: 08701 545500 ਫੈਕਸ: 02920 859260
ਈ-ਮੇਲ: hseinformationservices@natbrit.com ਜਾਂ ਇਸ ਪਤੇ ਤੇ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖੋ HSE Information Services, Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG

ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਐਚਐਸਈ ਦੀ ਸਲਿਪਸ ਐਂਡ ਟ੍ਰਿੱਪਸ ਵੈਬਸਾਈਟ ਵੀ ਦੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ www.hse.gov.uk/slips/index.htm

ਇਸ ਲੀਫਲੈਟ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਅਭਿਆਸ ਲਈ ਨੋਟਸ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਲਾਜ਼ਮੀ ਤਾਂ ਨਹੀਂ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਵਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮੱਦਦਗਾਰ ਸਾਬਤ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਲੀਫਲੈਟ 15 ਦੇ ਪੈਕ ਵਿਚ ਐਚਐਸਈ ਬੁੱਕਸ ਤੋਂ ਖਰੀਦੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।
ਆਈਐਸਬੀਐਨ 07176 2760 8 ਐਚਐਸਈ ਤੋਂ ਮੁਫਤ ਸਿੰਗਲ ਕਾਪੀ ਵੀ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ।

ਕ੍ਰਾਊਨ ਕਾਪੀਰਾਈਟ ਇਸ ਪਬਲੀਕੇਸ਼ਨ ਨੂੰ ਇਸ਼ਤਹਾਰਬਾਜ਼ੀ, ਤਸਦੀਕੀ ਜਾਂ ਵਪਾਰਕ ਮਕਸਦਾਂ ਲਈ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਬਗੈਰ ਖੁੱਲੇ ਤੌਰ ਤੇ ਰੀਪ੍ਰੋਡਿਊਸ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪਹਿਲਾਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ 4/99. ਸ੍ਰੋਤ ਸਾਧਨ ਐਚਐਸਈ ਦੱਸਣ ਦੀ ਕ੍ਰਿਪਾ ਕਰਨੀ।

ਆਈਐਨਡੀਜੀ225(ਆਰਈਵੀ1) 11/03 ਸੀ2000

ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫਟੀ ਅਗਜ਼ੈਕਟਿਵ ਦੁਆਰਾ ਛਾਪਿਆ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਿਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ।