

# বিদেশ থেকে এসে যুক্তরাজ্যে চাকুরী করছেন?

কৃষি ও খাদ্য প্রক্রিয়াজাতকরণভিত্তিক কর্মক্ষেত্রে আপনার স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা

## Bengali



This is a **Bengali** language version of pocket card INDG410

### ভূমিকা

- আপনি বৈধ বা অবৈধ যেভাবেই চাকুরী করেন না কেন যুক্তরাজ্যের স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তা আইন আপনাকে সুরক্ষা প্রদান করে।
- আপনার নিয়োগকর্তাকে আপনার স্বাস্থ্য, নিরাপত্তা ও কল্যাণের সুরক্ষিত প্রদান করতে হয়।
- কারা আপনাকে নিয়োগ দিয়েছে তা জানার অধিকার আপনার আছে। যদি আপনি না জানেন, তাহলে **জিজ্ঞাসা করুন**।
- যুক্তরাজ্যের স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তা আইনের অধীনে কিছু কিছু বিষয় আছে যা **আপনাকে** করতে হবে।

### আপনার নিয়োগকর্তাকে যা যা অবশ্যই করতে হবে

#### সর্বজনগত

- আপনার কাজের সাথে সংযুক্ত যে কোনো স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা ঝুঁকি সম্পর্কে আপনাকে জানাতে হবে।
- নিয়োগকর্তার আবশ্যিক দায় বীমা (Employers' Liability Compulsory Insurance) যে আছে তার একটি সার্টিফিকেট টাঙ্গিয়ে রাখতে হবে।

#### তথ্য এবং প্রশিক্ষণ

- নিরাপদে কাজ করার জন্য প্রয়োজনীয় তথ্য, নির্দেশনা এবং প্রশিক্ষণ প্রদান করতে হবে এবং নিশ্চিত করতে হবে যে আপনি তা বুঝেছেন।
- নিশ্চিত করতে হবে যে আপনি আপনার কর্মক্ষেত্রে নিরাপত্তা সম্পর্কিত চিহ্নসমূহ বুঝতে পেরেছেন।
- নিশ্চিত করতে হবে যে আপনি সবসময় অভিজ্ঞ সুপারভাইজার-এর সাথে কথা বলতে পারেন এবং একে অপরকে বুঝতে পারেন।

#### সরঞ্জাম এবং পোশাক

- ট্র্যাক্টর চালানো সহ কোনো যন্ত্রপাতি অপারেট করার অনুমতি আপনাকে না দেয়া যদি আপনি সঠিকভাবে প্রশিক্ষণপ্রাপ্ত না হন।
- নিশ্চিত করতে হবে যে আপনার ব্যবহার করা প্রয়োজন এমন সরঞ্জাম যেন উপযুক্ত এবং সঠিকরূপে দেখাশুনা করা হয়।
- যদি প্রয়োজন হয়, আপনাকে (বিনামূল্যে) প্রতিরক্ষামূলক সরঞ্জাম বা পোশাক দিতে হবে, যা উষ্ণ এবং / অথবা জলরোধী হওয়া উচিত যদি আপনাকে বাইরে কাজ করতে হয়।

#### আপনার কল্যাণ

- নিশ্চিত করতে হবে যে পর্যাপ্ত টয়লেট এবং ওয়াশিং সুবিধা রয়েছে যা আপনি ব্যবহার করতে পারেন, এবং পরিষ্কার পানীয় জল রয়েছে।
- নিশ্চিত করতে হবে যে আপনি জরুরী প্রাথমিক চিকিৎসা পেতে পারেন।
- কোনো জখম, অসুস্থতা বা বিপজ্জনক ঘটনার রেকর্ড রাখতে হবে এবং স্বাস্থ্য ও নিরাপত্তা কার্যনির্বাহীদের (HSE) কাছে এসব রিপোর্ট করতে হবে।

## নারী এবং অল্পবয়সী ছেলেমেয়েদের জন্য

- সন্তান জন্মদান বয়সী নারীদের কোনো ঝুঁকি রয়েছে কিনা তা বিবেচনা করতে হবে, বিশেষত যদি তারা গর্ভবতী অথবা স্তন্যপান করায়।
- 18 বছরের কম বয়সী কর্মীদের চাহিদাগুলি বিবেচনা করতে হবে।

## আপনাকে যা যা অবশ্যই করতে হবে

- নিশ্চিত করতে হবে যে আপনি যে কাজ করেন তা যেন আপনাকে বা অন্যান্য লোকদেরকে কোনো ঝুঁকির মধ্যে ফেলে না দেয়।
- কর্মক্ষেত্রে স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা ঝুঁকি কমাতে আপনার নিয়োগকর্তাকে সাহায্য করতে হবে।
- আপনি যেভাবে প্রশিক্ষিত হয়েছেন সেভাবে সরঞ্জাম ব্যবহার করতে হবে।
- আপনার স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা জন্য সরবরাহকৃত যে কোন কিছু সঠিকভাবে ব্যবহার করুন।
- আপনি গর্ভবতী হলে, স্তন্যপান করতে থাকলে অথবা বিগত ছয় মাসের মধ্যে সন্তান জন্মদান করে থাকলে আপনার নিয়োগকর্তাকে (লিখিতভাবে) এ ব্যাপারে জানাবেন।

## যদি আপনি আপনার স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা বিষয়ে উদ্বেগ হন তাহলে কী করতে হবে

- আপনার নিয়োগকর্তা, ম্যানেজার বা সুপারভাইজার-এর সঙ্গে কথা বলুন।
- আপনার নিরাপত্তা প্রতিনিধির সঙ্গে কথা বলুন যদি কেউ থেকে থাকে।

এরপরও আপনি যদি মনে করেন আপনি অথবা অন্যান্য শ্রমিকের ঝুঁকি রয়েছে, তাহলে HSE -এর সাথে যোগাযোগ করুন। আপনি আপনার নাম উল্লেখ না করে HSE -এর সাথে একান্তে কথা বলতে পারেন। যোগাযোগের বিস্তারিত জানার জন্য 'আরও তথ্য' দেখুন।

## অন্যান্য পরামর্শ

যুক্তরাজ্যের আইন অনুযায়ী, আপনার অন্যান্য মৌলিক অধিকার রয়েছে, যেমন কতক্ষণ আপনাকে কাজ করতে হবে, কতক্ষণ ছুটি, বিশ্রাম বিরতি এবং পারিশ্রমিক পরিশোধিত বার্ষিক ছুটি। আপনার কাজের শর্তাবলী সম্পর্কে তথ্যের জন্য যোগাযোগ করুন :

- দি অ্যাডভাইজরি, কনসিলিয়েশন এন্ড আরবিট্রেশন সার্ভিস (ACAS), ন্যাশনাল হেল্পলাইন-এর সাথে 08457 474747 নম্বরে ফোন করে অথবা তাদের ওয়েবসাইট [www.acas.org.uk](http://www.acas.org.uk) এ গিয়ে ইমেইল করুন।
- আপনার স্থানীয় সিটিজেনস অ্যাডভাইস ব্যুরো (টেলিফোন বইতে দেখুন) অথবা তাদের ওয়েবসাইট [www.adviceguide.org.uk](http://www.adviceguide.org.uk) ব্যবহার করুন।
- শ্রমিক ইউনিয়ন আন্দোলন TUC এর আপনার অধিকার জানুন (Know Your Rights) এর 08970 600 4882 হেল্পলাইন নম্বরে ফোন করুন বা তাদের ওয়েবসাইট [www.tuc.org.uk](http://www.tuc.org.uk) এ গিয়ে ইমেইল করুন।

## আরও তথ্য

স্বাস্থ্য এবং নিরাপত্তা সম্পর্কে তথ্যের জন্য HSE-এর ইনফোলাইন টেলি : 0845 345 0055, ফ্যাক্স : 0845 408 9566, টেক্সটফোন : 0845 408 9577, ইমেইল : [hse.infoline@natbrit.com](mailto:hse.infoline@natbrit.com)-এর মাধ্যমে যোগাযোগ করুন অথবা HSE Information Services, Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG ঠিকানায় চিঠি লিখুন, অথবা HSE-এর ওয়েবসাইট [www.hse.gov.uk](http://www.hse.gov.uk) পরিদর্শন করুন।

**এই লিফলেটে ভাল অনুশীলনের ব্যাপারে নোট রয়েছে ; এগুলো অনুসরণ করা বাধ্যতামূলক নয়, তবে আপনার কী কী করা প্রয়োজন সে বিবেচনায় এটি সহায়ক হতে পারে।**

এই পকেট কার্ডটি HSE Books থেকে 25টি কার্ডের প্যাকে মূল্য পরিশোধ সাপেক্ষে পাওয়া যায়। ISBN 978 0 7176 0000 0। বিনামূল্যে একক কপিও HSE Books থেকে পাওয়া যায়।

© ক্রাউন কপিরাইট। বিজ্ঞাপন, পৃষ্ঠাঙ্কন বা বাণিজ্যিক উদ্দেশ্য ছাড়া অবাধে এই প্রকাশনা পুনরুৎপাদন করা যেতে পারে। প্রথম প্রকাশ 00/07। অনুগ্রহ করে HSE উৎস হিসাবে স্বীকার করুন।