વિદેશથી આવીને અહીં યુ.કે.માં કામ કરો છો?

ખેતીવાડી તેમજ ખોરાકી પ્રક્રિયાના કાર્યક્ષેત્રમાં કામ પર તમારું આરોગ્ય અને સુરક્ષા

Gujarati

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

પરિચય

- તમે અહીં કાયદેસર કામ કરતાં હો કે નહીં, યુ.કે.નો આરોગ્ય અને સુરક્ષાનો કાયદો તમારું રક્ષણ કરે છે.
- તમારા એમ્પ્લોયરે (કામ પર રાખનાર માલિકે) તમારા આરોગ્ય, સુરક્ષા અને સુખાકારીનું રક્ષણ કરવું પડે છે.
- તમને કામ પર કોણે રાખ્યાં છે તે જાણવાનો તમને અધિકાર છે. જો તમને ખબર ન હોય, તો પૂછો.
- યુ.કે.ના આરોગ્ય અને સુરક્ષાના કાયદા હેઠળ કેટલીક એવી બાબતો છે જે તમારે કરવી જરૂરી છે.

તમારા એમ્પ્લોયરે શું કરવું જ જોઈએ

સામાન્ય

- તમારા આરોગ્ય અને સુરક્ષાને લગતાં કોઈ જોખમો તમારી નોકરી સાથે જોડાયેલાં હોય તો તે તમને કહેવું.
- તેમની પાસે એમ્પ્લોયર તરીકેની જવાબદારીનો ફરજિયાત વીમો (એમ્પ્લોયર્સ લાયાબિલિટી કમ્પલસરી ઈન્શ્યોરન્સ) છે તે બતાવતું સર્ટિફિકેટ બધાં જોઈ શકે તેવી રીતે લગાવવું.

માહિતી અને તાલીમ

- તમે સલામતીથી કામ કરી શકો તે માટે તમને માહિતી, સુચના તેમજ તાલીમ આપવાં અને તમને તેમાં સમજણ પડી હોવાની ખાતરી કરવી.
- તમારા કામના સ્થળે લગાવેલી સુક્ષાને લગતી કોઈ પણ નિશાનીઓમાં તમને સમજ પડી છે તેની ખાતરી કરવી.
- તમે કોઈ અનુભવી ઉપરી વ્યક્તિ સાથે હંમેશાં વાત કરી શકો અને તમે બંને એકબીજાની વાત સમજી શકો છો તેની ખાતરી કરવી.

સાધનો અને કપડાં

- તમને ખેતીવાડીને લગતાં કોઈ પણ વાહવો કે મશીનો ચલાવવા ન દેવાં, જેમ કે ટ્રેક્ટર, સિવાય કે તમને તે માટે યોગ્ય તાલીમ આપવામાં આવેલી હોય.
- તમારે વાપરવાં જરૂરી એવાં કોઈ પણસ ાધનો યોગ્ય હોય અને બરાબર સચવાયેલાં હોય તેની ખાતરી કરવી.
- જરૂર પડે, તો તમને સુરક્ષાત્મક સાધનો કે કપડાં (મફત) આપવાં, જો તમારે બહાર કામ કરવું પડતું હોય તો તે ગરમ અને/અથવા પાણીથી પલળે નહિ એવાં હોવાં જોઈએ.

તમારી સુખાકારી

- તમને વાપરવા માટે પૂરતા પ્રમાણમાં ટોઈલેટ તેમજ હાથ વગેરે ધોવા માટેની સગવડો તેમજ પીવા માટેનું ચોખ્ખું પાણી મળી રહેતું હોય તેની ખાતરી કરવી.
- તમને ઈમર્જન્સીમાં ફર્સ્ટ એઈડની સારવાર મળી રહે તેની ખાતરી કરવી.
- કોઈ પણ ઈજા, બીમારી અથવા જોખમી બનાવોની નોંધ રાખવી અને તેની હેલ્થ એન્ડ સેફ્ટી એક્ઝેક્યુટીવ (એચ.એસ.ઈ.) ને જાણ કરવી.

સ્ત્રીઓ અને નાનાં બાળકો

- ગર્ભવતી થવાની ઉંમરની સ્ત્રીઓ પર કોઈ જોખમો રહેલાં હોય તે ધ્યાનમાં લેવું, ખાસ કરીને જો તેઓ ગર્ભવતી હોય અથવા બાળકને સ્તનપાન કરાવતી હોય.
- 18 વર્ષથી નાની ઉંમરનાં કામદારોની જરૂરતોને ધ્યાનમાં લેવી.

તમારે શું કરવું આવશ્યક છે

- તમે કામ પર જે કરતાં હો તેનાથી તમારા પર કે બીજાં લોકો પર કોઈ જોખમ ઊભું ન થાય તેની ખાતરી કરો.
- કામના સ્થળે આરોગ્ય અને સુરક્ષા પરનાં જોખમો ઘટાડવામાં તમારા એમ્પ્લોયરને મદદ કરો.
- કામનાં સાધનો વાપરવાની તમને જે રીતે તાલીમ મળેલી હોય તેવી રીતે તે સાધનો વાપરો.
- તમારા આરોગ્ય અને સુરક્ષા માટે તમને આપવામાં આવેલી કોઈ પણ વસ્તુઓ યોગ્ય રીતે વાપરો.
- જો તમને ગર્ભવતી હો, સ્તનપાન કરાવતાં હો અથવા છેલ્લા છ મહિનામાં બાળકને જન્મ આપ્યો હોય તો તમારા એમ્પ્લોયરને તેની (લેખિત) જાણ કરો.

તમારા આરોગ્ય અને સુરક્ષા અંગે જો તમે ચિંતિત હો તો શું કરવું

- તમારા એમ્પ્લોયર, મેનેજર અથવા સુપરવાઈઝર સાથે વાત કરો.
- જો તમારે ત્યાં હોય તો તમારા સુરક્ષા પ્રતિનિધિ સાથે વાત કરો.

જો તમને હજુ પણ લાગતું હોય કે તમારા પર કે બીજાં કામદારો પર જોખમ છે, તો એચ.એસ.ઈ.નો સંપર્ક કરો. તમે એચ.એસ.ઈ. સાથે ખાનગીમાં અને તમારું ના આપ્યા વગર વાત કરી શકો છો. સંપર્કની વિગતો માટે ‘વધારે વિગતો’ વિભાગ જુઓ.

અન્ય સલાહ

યુ.કે.ના કાયદા હેઠળ, તમારા બીજા પાયાના અધિકારો છે, જેમ કે તમારે કેટલા સમય સુધી કામ કરવું પડે તેના પર મર્યાદા, કામેથી રજા મળવી, આરામ માટેના સમય તેમજ પગાર સાથેની વાર્ષિક રજાઓ. કામ પર તમારી શરતો અને નિયમો વિશે વધારે જાણકારી માટે, સંપર્ક કરો:

- એડવાઈઝરી, કોન્સીલિએશન એન્ડ આર્બિટ્રેશન સર્વિસ (એકાસ) નેશનલ હેલ્પલાઈન 08457 474747 પર અથવા તેમની આ વેબસાઈટ પરથી ઈમેઈલ કરો www.acas.org.uk;
- તમારો સ્થાનિક સિટિઝન્સ એડવાઈઝ બ્યૂરો (ટેલિફોન બુકમાં જુઓ) અથવા તેમની આ વેબસાઈટ પર જુઓ: www.adviceguide.org.uk;
- ટ્રેડ યુનિયન્સ મુવમેન્ટ. ટી.યુ.સી.ની ‘તમારા અધિકારો જાણો’ હેલ્પલાઈનને 08970 600 4882 પર ફોન કરો. અથવા તેમની આ વેબસાઈટ પરથી ઈમેઈલ કરો: www.tuc.org.uk

વધુ માહિતી

આરોગ્ય અને સુરૂખાને લગતી માહિતી માટે એચ.એસ.ઈ.ની ઈન્ફોલાઈનને ફોન કરો. ફોન: 0845 345 0055
ફેક્સ: 0845 408 9566 ટેક્સ્ટફોન: 0845 408 9577 ઈમેઈલ: hse.infoline@natbrit.com અથવા આ સરનામે લખો: HSE Information Services, Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG, અથવા એચ.એસ.ઈ.ની આ વેબસાઈટ પર જાવ: www.hse.gov.uk.

આ પત્રિકામાં સુયોગ્ય કાર્યવ્યવહાર વિશે નોંધ આપેલ છે જે ફરજિયાત નથઈ પરંતુ તમારે શું કરવું જોઈએ તેનો વિચાર કરવામાં તમને કદાચ તે મદદરૂપર થઈ શકે.

આ પોકેટ કાર્ડ એચ.એસ.ઈ. બુક્સ, ISBN 978 0 7176 0000 0 પાસેથી 25 નંગની કિંમતના પેકમાં મળઈ શકે છે. તેની એકલ દોકલ મફત નકલો પણ એચ.એસ.ઈ. બુક્સ પાસેથી મળી શકે છે.

© *દ્ર ક્રાઉન કોપીરાઈટ.* આ પત્રિકા વિનામૂલ્યે ફરીથી બનાવી શકાય છે, પરંતુ તે જાહેરાત, સમર્થન અથવા કોઈ વ્યાપારી હેતુ સિવાય. પ્રથમ પ્રકાશન ૦૦/૦૭. મહેરબાની કરીને માહિતી સ્રોત તરીકે એચ.એસ.ઈ.ની સ્વીકૃતી કરવી.