ਉੱਚਾ 5 ਐਸਬੈਸਟਸ:

ਯੂਕੇ ਦੇ ਵਿਚ ਕਈ ਇਮਾਰਤਾਂ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਐਸਬੈਸਟਸ ਦਾ ਇਸਤਮਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਐਸੀ ਇਮਾਰਤ ਦੇ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੀ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ ਜਿਹੜੀ 1980 ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਬਣੀ ਜਾਂ ਮੁਰੰਮਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੋਵੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਮਿਥ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਿਚ ਐਸਬੈਸਟਸ ਦਾ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਪਦਾਰਥ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਐਸਬੈਸਟਸ ਇਸਤੇਮਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਏ-ਸੀ-ਐਮਸ) ਉਹ ਹਨ ਲੈਗਿੰਗ, ਐਸਬੈਸਟਸ ਨਾਲ ਢਕੇ ਹੋਏ ਬੋਰਡ, ਸਪ੍ਰੇ ਇਨਸੋਲੇਸ਼ਨ, ਸਜਾਵਟੀ ਪਰਤਾਂ ਅਤੇ ਐਸਬੈਸਟਸ ਸਿਮੰਟ।

- ✓ ਜਾਂਚ ਕਰੋ, ਕੀ ਉਥੇ ਕੋਈ ਏ-ਸੀ-ਐਮ ਹੈ
- ✓ ਪਤਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ

⚠ **ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਾਹਿਰਾਂ ਵਾਸਤੇ ਛੱਡ ਦਵੋ**

ਸਾਈਟ ਤੇ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਪੰਜ ਤਰੀਕੇ

ਵਰਕਿੰਗ ਵੈਲ ਟੂਗੈਦਰ (ਡਬਲਿਯੂ-ਡਬਲਿਯੂ-ਟੀ) ਦੇਸ਼ ਵਿਚ ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਕੰਮਕਾਜ ਵਿਚ ਸਹਿਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਸੱਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਮੁਹਿਮ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਉਦਯੋਗ, ਟਰੇਡ ਯੂਨੀਅਨਸ ਅਤੇ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫ਼ਟੀ ਐਗਜ਼ੈਕੁਟਿਵ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਮੁਹਿਮ ਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਵੈਬਸਾਈਟ wwt.uk.com ਵੇਖੋ।

ਡਬਲਿਯੂ-ਡਬਲਿਯੂ-ਟੀ ਨਾਲ ਜੁੜਨ ਲਈ 0845 2727500 ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਸਿਹਤ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਉਤੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਸਤੇ ਐਚ-ਐਸ-ਈ ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਾਈਨ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਟੈਲੀਫੂਨ: 08701 545500 ਫ਼ੈਕਸ: 02920 859260

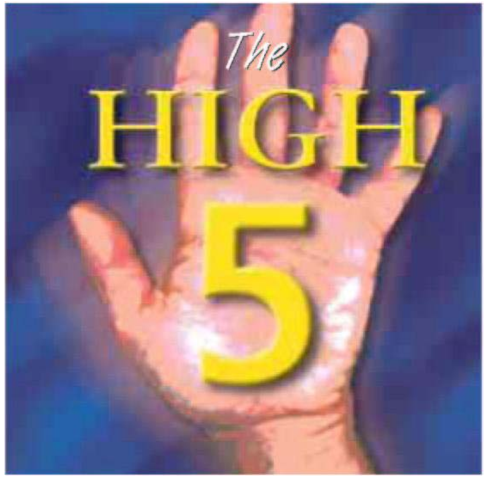
ਈ-ਮੇਲ: hseinformationservices@natbrit.com ਜਾਂ ਲਿਖਤੀ ਰੂਪ ਵਿਚ ਹੇਠ ਦਿਤੇ ਪਤੇ ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

HSE Information Services, Caerphilly Business Park,
Caerphilly CF83 3GG

> ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦੇ ਵਿਚ ਚੰਗੇ ਅਭਿਆਸ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵਾ ਦੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਕਿ ਆਵੱਸ਼ਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਪਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੀ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਦਾ ਉਤਾਰਾ ਫ਼ਿਰ ਤੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਮਸ਼ਹੂਰੀ ਪਿੱਠਾਂਕਣ ਜਾਂ ਵਪਾਰਕ ਉਦੇਸ਼ ਤੋਂ ਬਿਨਾ। ਇਹ ਸੱਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 09/03 ਵਿਚ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਤ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਾ ਮੁੜ ਉਤਾਰਾ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰੋ ਕਿ ਇਸ ਦਾ ਸੋਮਾ ਹੈਚ-ਐਸ-ਈ ਹੈ।

ਆਈ-ਐਨ-ਡੀ-ਜੀ 384 09/03 ਸੀ500 ਛਪਾਈ ਅਤੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਸੇਫ਼ਟੀ ਐਗਜ਼ੈਕੁਟਿਵ ਨੇ ਕੀਤਾ ਹੈ।



ਸਾਈਟ ਤੇ ਖਤਰਾ ਘਟਾਉਣ ਦੇ ਪੰਜ ਤਰੀਕੇ

ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਕੰਮ-ਕਾਰ ਵਾਲੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਸਾਈਟਾਂ ਵਾਸਤੇ

♦

ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਛੋਟੇ ਵਪਾਰਾਂ ਵਾਸਤੇ

♦

ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵਾਸਤੇ

HSC

ਉਸਾਰੀ ਇਕ ਬਹੁਤ ਉੱਚੇ-ਖਤਰੇ ਦਾ ਉਦਯੋਗ ਹੈ। ਹੇਠ "ਉੱਚੇ 5" ਦਿਤੇ ਗਏ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਅਤੇ ਸਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣਗੇ।

ਯਾਦ ਰੱਖੋ:

- ✓ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਤਸੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਉਸ ਬਾਰੇ ਯੋਜਨਾ ਅਤੇ ਵਿਵਸਥਾ ਬਣਾਵੋ
- ✓ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਖਿਅਤ ਅਤੇ ਸਮਰੱਥ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਪਾਰ ਵਿਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਖਾਸ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੰ ਪਤਾ ਹੈ
- ✓ ਆਪਣੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ ਜਾਂ ਸੁਪਰਵਾਈਜ਼ਰ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੱਸਿਆ ਬਾਰੇ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਦੱਸੋ

ਉੱਚਾ 1 ਬੁਨਿਆਦੀ:

ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਅਤੇ ਸੁਚੱਜੀ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ

ਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਅਤੇ ਸੁਚੱਜੀ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ ਇਕ ਚੰਗੀ ਸਾਈਟ (ਉਹ ਜਗਾਹ ਜਿਥੇ ਉਸਾਰੀ ਦਾ ਕੰਮ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ) ਦੀ ਬੁਨਿਆਦ ਹਨ। ਕੰਮ ਤੇ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣ ਦਾ ਇਕ ਸਰਬਸਾਂਝਾ ਕਾਰਨ ਤਿਲਕਣ ਅਤੇ ਠੋਕਰ ਲੱਗਣ ਕਰਕੇ ਡਿਗਣ ਹੈ।

ਅਣਸਾਫ਼-ਸੁਥਰੀ ਸਾਈਟ ਘਟੀਆ ਸੰਚਾਲਤ ਸਾਈਟ ਹੈ।

ਹਰ ਇਕ ਸਾਈਟ ਤੇ ਸੁਚੱਜੀ ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੀ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ। ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੀਆਂ ਘੱਟ ਤੋਂ ਘੱਟ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਹੇਠ ਹਨ;

- ✓ ਸਾਫ਼ ਗੁਸਲਖਾਨੇ
- ✓ ਤੌਲੀਏ ਅਤੇ ਸਾਬਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਠੰਡੇ ਅਤੇ ਗਰਮ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ
- ✓ ਵੱਡੀਆਂ ਚਿਰਮਚੀਆਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਬਾਂਹ ਕੂਣੀ ਤੱਕ ਡੁਬ ਸਕੇ
- ✓ ਪੀਣ ਵਾਸਤੇ ਪਾਣੀ
- ✓ ਬੈਠਣ ਅਤੇ ਖਾਣ ਵਾਸਤੇ ਨਿੱਘੀ, ਸੁਕੀ ਐਤ ਸਾਫ਼ ਥਾਂ

ਖ਼ੁਸ਼ਹਾਲੀ ਦੀਆਂ ਮਾੜੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਬਿਮਾਰ ਸਿਹਤ ਦੀ ਰਹਿਨੁਮਾਈ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ

ਉੱਚਾ 2 ਉਚੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੋਂ ਡਿਗਣਾ

ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਉਚੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੋਂ ਡਿਗਣਾ ਹੀ ਇਕ ਜਾਨਲੇਵਾ ਅਤੇ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਹੈ। ਹੋਈਆਂ ਮੌਤਾਂ ਵਿਚੋਂ 50% ਦਾ ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹਨ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਹਾਦਸੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਛੱਤ ਤੋਂ, ਟੁੱਟਣਹਾਰ ਪਦਾਰਥਾਂ, ਪੌੜੀਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਦੇ ਸਿਰੇ ਤੋਂ ਡਿਗਣਾ ਹੈ।

ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ, ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਤਸੀਂ:

- ✓ ਕੰਮ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਅਤੇ ਮਹਿਫ਼ੂਜ਼ ਥਾਂ ਤੋਂ ਜਾਂ ਉਸ ਪਲੈਟਫਾਰਮ ਤੋਂ ਕਰੋ ਜਿਹਦੇ ਸਾਰੇ ਪਾਸੇ ਸਿਰੇ ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲੱਗੀ ਹੋਵੇ
- ✓ ਵਾਜਿਬ ਢੰਗ ਨਾਲ ਬੱਨੇ ਸਕੈਫ਼ੋਲਡਿੰਗ ਅਤੇ ਸਕੈਫ਼ੋਲਡਿੰਗ ਮਚਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋ ਕਰੋ
- ✓ ਬਿਜਲੀ ਨਾਲ ਚੱਲਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਾਜ-ਸਮਾਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਕਰੋ
- ✓ ਮੋਰੀਆਂ ਜਾਂ ਖੋਖਲੀ ਥਾਂਵਾਂ ਅਤੇ ਕੋਨਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖੋ, ਮਿਸਾਲ ਵੱਜੋ ਗਾਰਡਰੇਲ ਅਤੇ ਟੋ ਬੋਰਡ

ਜੱਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਛੱਤ ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਕਦੀ ਵੀ:

- ✓ ਭੈੜੇ ਮੌਸਮ ਦੇ ਵਿਚ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ
- ✓ ਉਨ੍ਹਾਂ ਢਲਾਣ ਵਾਲੀ ਛੱਤਾਂ ਤੇ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰੋ ਜਿਹਦੇ ਸਿਰਿਆਂ ਤੇ ਕੋਈ ਸੁਰੱਖਿਆ ਨਾ ਹੋਵੇ
- ✓ ਕੋਈ ਰਹਿੰਦ-ਖੂਹੰਦ ਜਾਂ ਸ਼ਾਜ-ਸਮਾਨ ਥੱਲੇ ਨਾ ਸੁਟੋ

ਜੱਦ ਵੀ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਟੁੱਟਣਹਾਰ ਸ਼ਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਤੇ ਜਾਂ ਉਸ ਦੇ ਕੋਲ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਖਿਆਲ ਰੱਖੋ - ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦੇ ਵਿਚੋਂ ਅਤੇ ਉਂਤੋਂ ਵੀ ਡਿਗ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਪੌੜੀਆਂ:

- ✓ ਪੌੜੀਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਹਲਕੇ ਜਿਹੇ ਅਤੇ ਥੋੜੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਕੰਮ ਲਈ ਕਰੋ ਇਹ ਵੀ ਤਾਂ ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹੋਰ ਸਰੱਖਿਅਤ ਚਾਰਾ ਨਾ ਹੋਵੇ।
- ✓ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਕੋਣੇ ਦੇ ਨਾਲ ਲਾਓ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰੋ ਤਾਂ ਕਿ ਇਹ ਤਿਲਕਣ ਨਾਂ (ਹਰ 4 ਪੌੜੀਆਂ ਉਪਰ ਲਈ 1 ਪੌੜੀ ਬਾਹਰ)
- ✓ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਪੌੜੀਆਂ ਦੀ ਮੁਰੱਮਤ ਬਰਕਰਾਰ ਹੁੰਦੀ ਰਵੇ

ਹੱਦ ਨਾਲੋਂ ਜਿਆਦਾ ਪਹੁੰਚ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ

ਉੱਚਾ 3 ਹੱਥੀ ਕੰਮ

ਭਾਰੇ, ਕਸੂਤੇ ਸਾਜ-ਸਮਾਨ, ਠੰਡੇ ਅਤੇ ਗਿਲੇ ਮੌਸਮ ਦੇ ਵਿਚ ਹੱਥੀ ਕੰਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਸੱਟਾਂ, ਇਕ ਵਿਹਾਰਕ ਕਾਰਨ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਲੋਕ ਉਸਾਰੀ ਦੇ ਕਾਰੋਬਾਰ ਨੂੰ ਛੱਡਦੇ ਹਨ। ਦੁਹਰਾਉ ਕੰਮ ਕਰਕੇ ਸੱਟਾਂ ਹੋਰ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਗੜ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ, ਮਿਸਾਲ ਵੱਜੋ ਕਾਫ਼ੀ ਭਾਰੇ ਬਲਾਕ ਵਿਛਾਉਣੇ।

- ✓ ਮਸ਼ੀਨੀ ਸਾਧਨ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰੋ, ਮਿਸਾਲ ਵੱਜੋ ਹੋਇਸਟ, ਟੈਲੀਪ੍ਰੋਟਰਸ ਅਤੇ ਹੋਡਸ ਦੀ ਥਾਂ ਤੇ ਸ਼ੂਟਸ
- ✓ ਜੋ ਕੰਮ ਤੁਸੀਂ ਕਰਨਾ ਹੈ ਉਸ ਦੇ ਮੁਤਾਬਕ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਚੁਣੋ ਐਤ ਉਸ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖੋ
- ✓ ਹਲਕੇ ਸਾਜ਼-ਸਮਾਨ ਵਾਲਾ ਕੰਮ ਵੀ ਕਰੋ, ਮਿਸਾਲ ਵੱਜੋ ਥੈਲੇ ਚੱਕਣੇ
- ✓ ਦੁਹਰਾਉ ਹੱਥੀ ਕੰਮ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ
- ✓ ਕਸੂਤੀ ਗਤੀਵਿਧੀਆਂ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ

ਆਪਣੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਕਰੋ ਅਤੇ ਤਣਾਉ ਨੂੰ ਘਟਾਵੋ

ਉੱਚਾ 4 ਪਰਿਵਾਹਣ (ਟ੍ਰਾਂਸਪੋਰਟ)

ਉਚੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੋਂ ਡਿਗਣ ਤੋਂ ਬਾਦ, ਕੰਮਕਾਰ ਦੇ ਪਰਿਵਾਹਣ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਾਦਸੇ ਵੀ ਘਾਤਕਤਾ ਦਾ ਬਹੁਤ ਵਿਹਾਰਕ ਕਾਰਨ ਹਨ।

- ✓ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਵਾਹਣਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਬੈਰੀਅਰ ਅਤੇ ਚੇਤਾਵਨੀ ਚਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਕਰੋ
- ✓ ਘੁਮਾਉ ਜਾਂ ਭਟਕਾਉ ਵਾਹਣਾਂ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਸਾਫ਼ ਸਵੱਛ ਰੱਖੋ
- ✓ ਵਾਹਣ ਪਿਛੇ ਮੋੜਨ ਤੋਂ ਪਰਹੇਜ਼ ਕਰੋ - ਜੇਕਰ ਇਹ ਨਾ-ਮੁਮਕਿਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਸਿਖਿਅਤ ਬੈਂਕਸਮੈਨ ਦੀ ਮਦਦ ਲਵੋ
- ✓ ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਸਾਰਾ ਭਾਰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ
- ✓ ਖਤਰਨਾਕ ਢਲਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਤੇ ਵਾਹਣ ਜਾਂ ਮਸ਼ੀਨਰੀ ਦਾ ਪ੍ਰਯੋਗ ਨਾ ਕਰੋ
- ✓ ਸਵਾਰੀਆਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਹਣਾਂ ਵਿਚ ਲਜਾਉ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਰੂਪ-ਰੇਖਾ ਸਿਰਫ਼ ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ
- ✓ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਵਾਹਣ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚਾਲਕ ਸਿਖਿਅਤ ਹੋਣ

ਜੱਦ ਵਾਹਣ ਅਤੇ ਲੋਕ ਇਕ ਦੂਜੇ ਵਿਚ ਵੱਜਦੇ ਹਨ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਆਦਾ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਦੀਆਂ ਹਨ - ਇਸ ਲਈ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਤੋਂ ਦੂਰ ਰੱਖੋ