



آپ کی صحت، آپ کی سلامتی: ورکروں کے لیے ایک گائیڈ

A guide for workers - your health, your safety:

یہ معلومات ٹریڈ یونین کانگریس (ٹی یو سی) کے تعاون سے ہیلتھ اینڈ سیفٹی ایگزیکٹو (ایچ ایس ای) کی طرف سے ہیں۔ ایچ ایس ای ایک حکومتی ادارہ ہے جو صحت اور سلامتی سے متعلق قوانین نافذ کر کے اور مشورے اور راہنمائی فراہم کر کے ورکروں کی صحت، سلامتی اور فلاح و بہبود کے لیے کام کرتا ہے۔ ٹی یو سی 6.5 ملین سے زائد ممبران پر مشتمل 70 ٹریڈ یونینوں کی نمائندگی کرتی ہے۔ یہ کانگریس کام کی جگہ پر شفاف انداز کار اور عمدہ معیار کے لیے کوشاں رہتی ہے۔

اگر آپ ایک ملازم ہوں (کل وقتی یا جزوقتی، عارضی یا مستقل) تو، یہ معلومات واضح کرتی ہیں کہ آپ کے حقوق کیا ہیں، اپنے ایمپلائر سے آپ کو کیا توقع کرنا چاہیے، آپ کی ذمہ داریاں کیا ہیں، اور مدد کی ضرورت ہو تو کہاں رجوع کیا جائے۔ اگر آپ تجربے کی خاطر کام کرنے والے کوئی نو عمر فرد، ایپرینٹس، چیریٹی ورکر، چلتے پھرتے (موبائل) کارکن، یا گھر سے کام کرنے والے (ہوم) کارکن ہوں تو بھی آپ پر اس کا اطلاق ہوگا۔

اگر آپ کوئی عارضی، وقتی (casual)، یا ایجنسی ورکر ہوں تو، ایمپلائمنٹ برنس/ ایجنسی، گینگ ماسٹر، ٹھیکے دار یا جس نے آپ کی خدمات حاصل کر رکھی ہوں، یہ خیال رکھنا اس کی قانونی ذمہ داری ہے کہ نیچے دیئے گئے شرط شدہ حقوق آپ کو حاصل ہوتے ہیں۔

آپ کا حق ہے:

- کہ آپ اس جگہ پر کام کریں جہاں آپ کی صحت اور سلامتی کو لاحق خطرات پر قابو پایا گیا ہو۔
- کہ اگر آپ کا خیال ہو کہ آپ خطرے سے دوچار ہیں تو، کام بند کر دیں اور وہاں سے چلے جائیں۔
- کہ آپ صحت اور سلامتی سے متعلق مسائل اور معاملات سے اپنے ایمپلائر کو باخبر رکھیں۔
- کہ اگر آپ پھر بھی صحت اور سلامتی سے متعلق مسائل سے دوچار ہوں اور الجھن سے بچنا چاہیں تو، ایچ ایس ای یا اپنی مقامی اتھارٹی سے رابطہ کریں۔
- کہ کسی ٹریڈ یونین میں شمولیت اختیار کریں اور ایک سیفٹی ریپر ریپریزنٹیٹو بن جائیں۔
- کہ اگر آپ کوئی سیفٹی ریپر ریپریزنٹیٹو ہوں تو، تربیت کے لیے کام کے اوقات میں سے ہی سے وقت نکالیں (جس کا معاوضہ آپ کو بدستور ملتا ہے)۔
- کہ اگر آپ ایک وقت میں چھ گھنٹوں سے زیادہ دیر کام کرتے ہوں، تو آپ کم از کم 20 منٹ آرام کا وقفہ کریں اور یہ کہ آپ تنخواہ کے ساتھ سالانہ چھٹی حاصل کریں۔

لازمی ہے کہ آپ:

- اپنی اور ان لوگوں کی صحت اور سلامتی کا خیال رکھیں جو آپ کے کسی فعل (یا کچھ نہ کرنے سے) سے متاثر ہو سکتے ہوں۔
- صحت اور سلامتی سے متعلق امور میں دوسروں سے تعاون کریں اور اپنی صحت، سلامتی اور فلاح کے لیے دی گئی کسی چیز کے کام میں رخصت نہ ڈالیں، یا اسے غلط استعمال نہ کریں۔

لازمی ہے کہ آپ کا ایمپلائر آپ کو مندرجہ ذیل باتیں بتادے:

- کام کے موجودہ اور مجوزہ طریقہ کار سے متعلقہ ان خطرات کے بارے میں جو آپ کی صحت اور سلامتی کو لاحق ہوں۔
- ان اشیاء اور تبدیلیوں کے بارے میں جو آپ کی صحت اور سلامتی کے لیے باعث خطرہ ہوں، یا ان پر اثر انداز ہو سکتی ہوں۔
- آپ کا کام کیسے بحفاظت سرانجام پائے۔
- آپ کی صحت اور سلامتی کے تحفظ کے لیے کیا کچھ کیا جاتا ہے۔
- ابتدائی طبی امداد کیسے حاصل کی جائے۔
- کسی ہنگامی صورت حال میں کیا کیا جائے۔



لازمی ہے کہ آپ کا ایمپلائر آپ کو یہ چیزیں بلا معاوضہ مہیا کرے:

- اپنا کام بحفاظت سرانجام دینے کے لیے تربیت
- کام کی جگہ پر ضرورت ہو تو، آپ کے تحفظ کا بندوبست (جیسے کپڑے، جوتے، آنکھوں اور کانوں کی حفاظت کے لیے اشیاء، دستاں، ماسک وغیرہ)
- آپ کے کام کے باعث اگر صحت خراب ہونے کا خطرہ ہو تو، طبی معائنه
- اگر آپ رات کو کام کرتے ہوں تو، باقاعدہ طبی معائنه اور کام شروع کرنے سے پہلے معائنه

(نوٹ: اگر آپ واقعتاً اپنے ایمپلائر خود ہیں تو، آپ خود کو ابتدائی طبی امداد، تربیت اور حفاظتی سازوسامان فراہم کرنے، طبی معائنه کرانے اور اپنے کام کے اوقات خود طے کرنے کے ذمہ دار ہیں)۔

لازمی ہے کہ آپ کا ایمپلائر آپ کو مندرجہ ذیل معلومات فراہم کرے:

- صحت اور سلامتی سے متعلق قوانین: آپ کو کیا جانا چاہیے۔ اس میں ان افراد سے رابطوں کی تفصیلات ہونا چاہئیں جو مدد کر سکتے ہوں۔
- صحت اور سلامتی سے متعلق اپنا پالیسی بیان (statement)
- ایمپلائر کی تازہ ترین ذمہ داری (لازمی انشورنس) ظاہر کرنے والا سرٹیفکیٹ جو آپ کے کام کی جگہ پر نمایاں طور پر دکھائی دیتا ہو۔

اگر آپ کو اپنی صحت اور سلامتی سے متعلق فکر لاحق ہو تو کیا کیا جائے:

- مشورے اور راہنمائی کے لیے ایچ ایس ای کی انفارمیشن لائن کو 08701 545500 پر، یا ٹی یو سی کی نو پور رائٹس (Know Your Rights) لائن کو 0870 600 4882 پر فون کریں۔
- اگر آپ کسی سے کسی ایسی زبان میں بات کرنا چاہتے ہوں جو آپ کے لیے زیادہ مناسب ہو تو، براہ کرم 08701 545500 پر فون کر کے آپریٹر کو مطلوبہ زبان بتادیں۔
- اگر صحت اور سلامتی سے متعلق کسی مسئلے کی وجہ سے آپ بے روزگار ہو گئے ہوں تو، آپ کسی ایمپلائمنٹ ٹریبیونل کو شکایت کر سکتے ہیں۔ مزید مشورے کے لیے اپنی ٹریڈ یونین، یا مقامی سٹیزن ایڈوائس بیورو سے رجوع کریں۔

