



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

A guide for workers - your health, your safety:

یہ مضمون یونیون کانگریس (ٹی یو سی) کے تعاون سے ہیلتھ اینڈ سیفٹی ایجنسی (ایچ ایس ای) کی طرف سے ہے۔ ایچ ایس ای ایک حکومتی ادارہ ہے جو صحت اور سلامتی کے متعلق انہیں نافذ کر کے اور مطالبے اور راہنمائی فراہم کر کے ورکروں کی صحت، سلامتی اور فلاح و بہبود کے لیے کام کرتا ہے۔ ٹی یو سی 6.5 بلین پونڈ سالانہ بجٹ پر مشتمل 700 یونیونوں کی نمائندگی کرتی ہے۔ یہ کانگریس کام کی جگہ پر شفاف اور عمدہ معیار کے لیے کوشاں رہتی ہے۔

اگر آپ ایک ملازم ہیں تو کل وقت جزوقتی یا مستقل ہے، یہ مضمون واضح کرتی ہیں کہ آپ کے حقوق کیا ہیں، اپنے ایجنڈے سے آپ کو کیا توقع کرنا چاہیے، آپ کو ذمہ داریاں کیا ہیں اور مدد کی طرف توجہ دیا گیا ہے کہ کہاں رہنا چاہیے۔ اگر آپ تجربے کی خاطر کام کر رہے ہیں تو کوئی نو عمر فراہم کنندہ، چیریٹی ورکر، چلتے پھرتے یا کھڑکیوں پر کام کرنے والے (ٹولم) کارکن ہوں تو بھی آپ پر اس کا اطلاق ہے۔

اگر آپ کوئی مرضی، وقتی (casual) یا ایجنسی ورکر ہو، ایسپلائمنٹ برائیل/ایجنسی، گینگ ماسٹر، ٹھیکہ دار یا جس نے آپ کو خدمات حاصل کر رکھی ہیں، یہ سب کچھ اس کے تحت آتے ہیں۔

آپ کا حق ہے:

- کہ آپ اس جگہ پر کام کریں جہاں آپ کی صحت اور سلامتی کو لاحق خطرہ پر قابو پایا گیا ہے۔
- کہ اگر آپ کا خیال ہو کہ آپ خطرے سے دوچار ہیں تو کام بند کر دیں اور کہاں سے چلے جائیں۔
- کہ آپ صحت اور سلامتی سے متعلق مسائل اور معاملات اپنے ایجنڈے پر باخبر رکھیں۔
- کہ اگر آپ پھر بھی صحت اور سلامتی سے متعلق مسائل سے دوچار ہیں اور الجھن سے بچنا چاہتے ہیں، ایچ ایس ای یا اپنی مقامی اتھارٹی سے رابطہ کریں۔
- کہ ٹی یو سی یونیون میں شمولیت اختیار کریں اور ایک سیفٹی ریپریزنٹٹیو بن جائیں۔
- کہ اگر آپ کوئی سیفٹی ریپریزنٹٹیو ہو تو تربیت کے لیے کام کے اوقات میں سے ہفتے سے وقت لیں (جس کا معاوضہ آپ کو بدستور ملتا ہے)۔
- کہ اگر آپ ایک وقت میں چھ گھنٹوں سے زیادہ کام کرتے ہیں تو آپ کو کم از کم 20 منٹ آرام کا وقفہ کریں اور یہ آپ کو تھکاوٹ کے ساتھ ساتھ لانے چھٹی حاصل کریں۔

اس سے آپ کی توقع ہے:

- اپنی اور ان لوگوں کی صحت اور سلامتی کا خیال رکھیں جو آپ کے کسی فرد یا کچھ نہ کم کے ساتھ ساتھ ساتھ ہو سکتے ہیں۔
- صحت اور سلامتی کے متعلق امور میں دوسروں سے تعاون کریں اور اپنی صحت، سلامتی اور فلاح کے لیے دی گئی کسی چیز کا کام میں رخصت ہونے سے غلط استعمال نہ کریں۔

اس سے آپ کی توقع ہے کہ آپ کو مندرجہ ذیل باتیں بتا دیں:

- کام کے موجودہ اور گذرہ طریقہ کار سے متعلقہ ان خطرہ کے بارے میں جو آپ کی صحت اور سلامتی کو لاحق ہیں۔
- ان اشیاء اور تبدیلیوں کے بارے میں جو آپ کی صحت اور سلامتی کے لیے باعث خطرہ ہیں یا ان پر قابو نہ لیا جاسکتا ہے۔
- آپ کو کام کیسے محفوظ کرنا چاہیے۔
- آپ کی صحت اور سلامتی کے تحفظ کے لیے کیا جاننا چاہیے۔
- ابتدائی طبی امداد کیسے حاصل کی جائے۔
- کسی بگھائی صورت حال میں کیا کیا جائے۔



□ **نہی 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 خطر اور نقصانات، آپ کے تحفظ کا بندوبست (جیسے کپڑے، جوتے، آکھلیاں، کانوں کی حفاظت کے لیے اٹھیے، دستاں، ماسک وغیرہ)
- آپ کے کام کے باعث اگر صحت خراب ہو تو خطرات کو تو طبی معائنے
- اگر آپ راضی ہو کر تھے تو، باقاعدہ طبی معائنے اور علاج کرنے سے پہلے معائنے

(نوٹ: اگر آپ واقعتاً اپنے ایمپلائر خود ہیں، آپ کو کو باقاعدہ طبی اور حفاظتی ساز و سامان فراہم کرنے، طبی معائنے اور آپ کام کے اوقات خطرات سے بچانے کے لیے ضروری ہیں۔)

□ **نہی ہے کہ آپ کا ایمپلائر آپ کو مندرجہ ذیل معلومات فراہم کرے:**

- صحیح اور سلامتی سے متعلقہ معلومات: آپ کو کیا جانا چاہیے۔ اس میں ان کے اہلکار اور بطور کی تفصیلات فراہم کرنا چاہئیں۔
- صحیح اور سلامتی سے متعلق اپنا پالیسی بیان (statement)
- ایمپلائر کی ذمہ داری (نہی انٹرنس) ہرگز نہ والاسرٹیفکیٹ جو آپ کے کام کی جگہ پر فراہم کر دیا گیا ہے۔

□ **اگر آپ کو اپنی صحیح اور سلامتی سے متعلق فکر لاحق ہو تو کیا جائے:**

- مشورے اور راہنمائی کے لیے ایچ ایس ایف انفارمیشن لائن کو 08701 545500 پر یا ٹیلی فون کی نوٹس رائٹس (Know Your Rights) لائن کو 0870 600 4882 پر فون کریں۔

- اگر آپ کسی سے کسی زبان میں بات کرنا چاہتے ہیں جو آپ کے لیے زیادہ مناسب ہو تو، بلا اہلام 08701 545500 پر فون کر کے آپریٹر کو مطلوب زبان بتادیں۔
- اگر صحیح اور سلامتی سے متعلق کسی مسئلہ کی وجہ سے آپ بے کار ہو گئے ہوں، آپ کسی ایمپلائمنٹ ٹریبونل کو شکایت کر سکتے ہیں۔
- مزید مشورے کے لیے اپنی ڈیویوٹیوں یا مقامی سٹیٹس لائنوں کو واٹس ایپ سے رابطہ کریں۔

