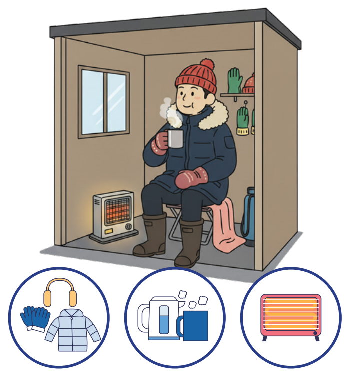
कृषि तथा पशुपालन क्षेत्रका कामदारका लागि सुरक्षा नियमहरू

"जाडो र गर्मी - काममा सुरक्षित रहनुहोस्!"

तातो मौसममा सुरक्षा

1. प्रत्येक १५–२० मिनेटमा एक गिलास (१५०–२०० ml) चिसो पानी पिउनुहोस्।
2. घामबाट जोगिने र हावाको राम्रो बहाव हुने ठाउँमा आराम गर्नुहोस्।
3. सबैभन्दा गर्मी समय (बेलुका २–५) मा काम रोक्नुहोस् वा बढी–धेरै आराम लिनुहोस्।

चिसो मौसममा सुरक्षा



1. न्यानो टोपी, न्यानो जुत्ता, चिसो–प्रतिरोधी पञ्जा र न्यानो कपडा लगाउनुहोस्।
2. हिटर भएको विश्रामस्थलमा समयमा–समयमा गएर शरीर तताउनुहोस्।
3. न्यानो पानी वा मध्यम चिनी भएको पेय पिउनुहोस्।

श्वासरोध तथा विस्फोट जोखिमका लागि सुरक्षा नियमहरू

"श्वासरोध शून्य—हामीले बनाउने सुरक्षित कार्यस्थल!"

काम सुरु गर्नु अघि

(ट्याङ्क, म्यानहोल, सेप्टिक ट्याङ्क, भण्डारण ट्याङ्क तथा जहाजभित्रका संकुचित स्थानहरू सुरक्षित छन् कि छैनन् भनी जाँच गर्नुहोस्।)

(अक्सिजन (O2): 18% वा बढी ~ 23.5% भन्दा कम / हाइड्रोजन सल्फाइड (H2S): 10ppm भन्दा कम / कार्बन मोनोअक्साइड (CO): 30ppm भन्दा कम / ज्वलनशील ग्यास: तल्लो विस्फोटक सीमा (LEL) को 10% भन्दा कम)

कामको नियमहरू

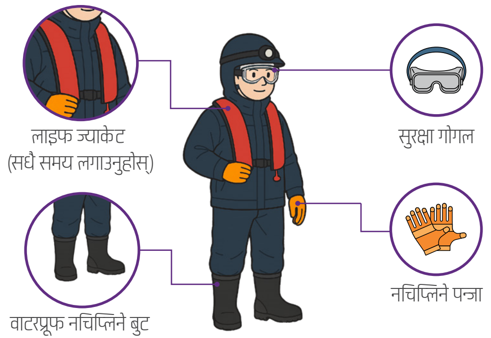
कम्तीमा २ जनाको टोलीमा काम गर्नुहोस्।

सुरक्षा उपकरण बिना उद्धार प्रयास नगर्नुहोस् उद्धारकर्तासमेत जोखिममा पर्न सक्छ।

मत्स्य–उद्योग कामदारका लागि सुरक्षा नियमहरू

"समुद्रमा कहिल्यै सावधानी नछोडौँ"

प्रस्थान गर्नु अघि स्वचालित–फुलिने लाइफ ज्याकेट (सिफारिस), पानी–प्रतिरोधी नन–स्लिप बुट, नन–स्लिप पञ्जा, तथा सुरक्षा गोगल लगाउनुपर्छ।



जाल तान्ने मेसिन एक्लै सञ्चालन नगर्नुहोस्। सधैं २ जनाको टोली—एक जना सञ्चालनकर्ता र एक जना अनुगमनकर्ता—सहित काम गर्नुहोस्।

औद्योगिक दुर्घटना चेतावनी सङ्केतहरु + प्राकृतिक प्रकोपको तयारी

"यी प्रतीकहरूले खतराको चेतावनी दिन्छन्!"

"अवस्था पनि सुरक्षासँग सम्बन्धित हुन्छ।"

गर्मी (हीट–वेभ) सुरक्षा निर्देशन

कडा चिसो मौसम सुरक्षा निर्देशन

변화의 중심
기회의 경기

खड्गी-दो आप्रवासी श्रमिक कार्यस्थल सुरक्षा व्यवस्थापन पुस्तिका

व्यावसायिक दुर्घटना

व्यावसायिक दुर्घटना भनेको के हो?

व्यावसायिक दुर्घटना भन्नाले कुनै कामदार कामसँग सम्बन्धित संरचना, उपकरण, कच्चा पदार्थ, ग्यास, वाफ, धूलो आदिबाट प्रभावित हुँदा वा कामसँग सम्बन्धित कार्य गर्दै गर्दा हुने मृत्यु, चोटपटक वा रोगलाई जनाइन्छ।

व्यावसायिक दुर्घटना कसरी हुन्छन्?

मुख्य दुर्घटना प्रकारहरू

चिप्लिने: भुइँ चिप्लो हुनु, कार्य स्थल अव्यवस्थित हुनु
उचाइबाट खस्ने: उचाइमा काम गर्दा सुरक्षा बेल्ट नलगाउनु
मेसिनमा फसिने: सञ्चालनमा रहेका मेसिनमा हात फसिनु
अन्य: आगलागी, करेन्ट लाग्ने, ठोक्किने घटना

कामदार पोसाक निरीक्षण

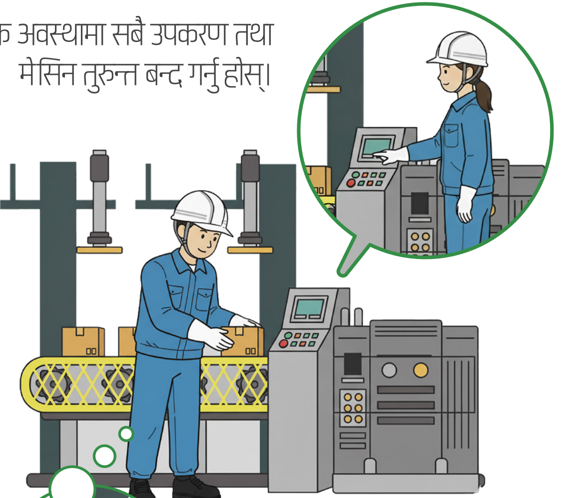
औद्योगिक सुरक्षा पोसाक निरीक्षण

सुरक्षा हेलमेट र सुरक्षा बेल्ट सहित सबै व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE) अनिवार्य रूपमा लगाउनु पर्नेछ।

उत्पादन क्षेत्रका कामदारका लागि सुरक्षा नियमहरू

"कारखानामा सुरक्षित रूपमा काम गरौँ"

आकस्मिक अवस्थामा सबै उपकरण तथा मेसिन तुरुन्त बन्द गर्नु होस्।



मेसिनको नजिक हात वा कपडा नराख्नुहोस्।

सफाइ वा मर्मत कार्य पर्यवेक्षकको स्वीकृति पछि मात्र गर्नु होस्।

निर्माण क्षेत्रका कामदारका लागि सुरक्षा नियमहरू

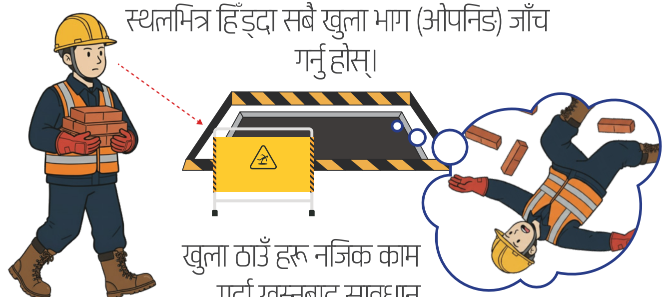
"निर्माण स्थल जीवनसँग सम्बन्धित स्थान हो"

अनिवार्य : सेफ्टी हेलमेट, सेफ्टी भेस्ट, सेफ्टी पन्जा, सेफ्टी बेल्ट र सेफ्टी जुत्ता लगाउनुहोस्

अस्थायी संरचना वा खस्ने सम्भावना भएका सामग्रीको तल नबस्नुहोस्।

काम गर्ने बाटोहरू अवरोधहरूबाट खाली राख्नुहोस्।

स्थलभित्र हिँड्दा सबै खुला भाग (ओपनिङ) जाँच गर्नु होस्।



खुला ठाउँहरू नजिक काम गर्दा खस्नबाट सावधान रहनुहोस्।

२ मिटर वा सोभन्दा बढी उचाइमा काम गर्दा सुरक्षा बेल्ट अनिवार्य रूपमा जोड्नुहोस्।

भर्याङ प्रयोग गर्दा सधैं दुई जनाको टोलीमा (२-व्यक्ति टोली) काम गर्नु होस्।