

“फर्मवर्क निर्माण”

सुरक्षा र स्वास्थ्यका लागि महत्वपूर्ण बुँदाहरू

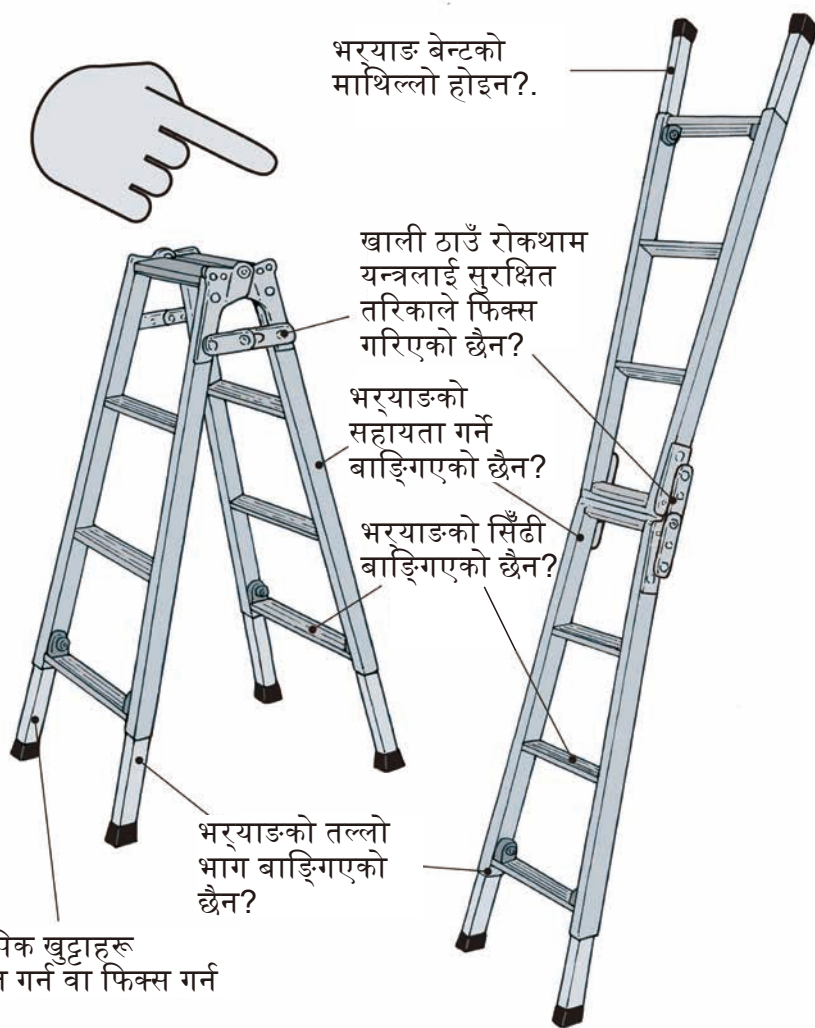
स्टेपल्याडर/वहनीय वर्कबेन्च

(1) स्टेपल्याडर/वहनीय वर्कबेन्च

[स्टेपल्याडर]

प्रत्येक भाग जाँच गराउनुहोस्

- स्कूहरू, खुकुलो पिन, ड्रप आउट
- छुट्टिएका भागहरू
- प्रोपहरू, झर्ने सिँढीहरू, सदस्यहरूको विकृति, खराबी



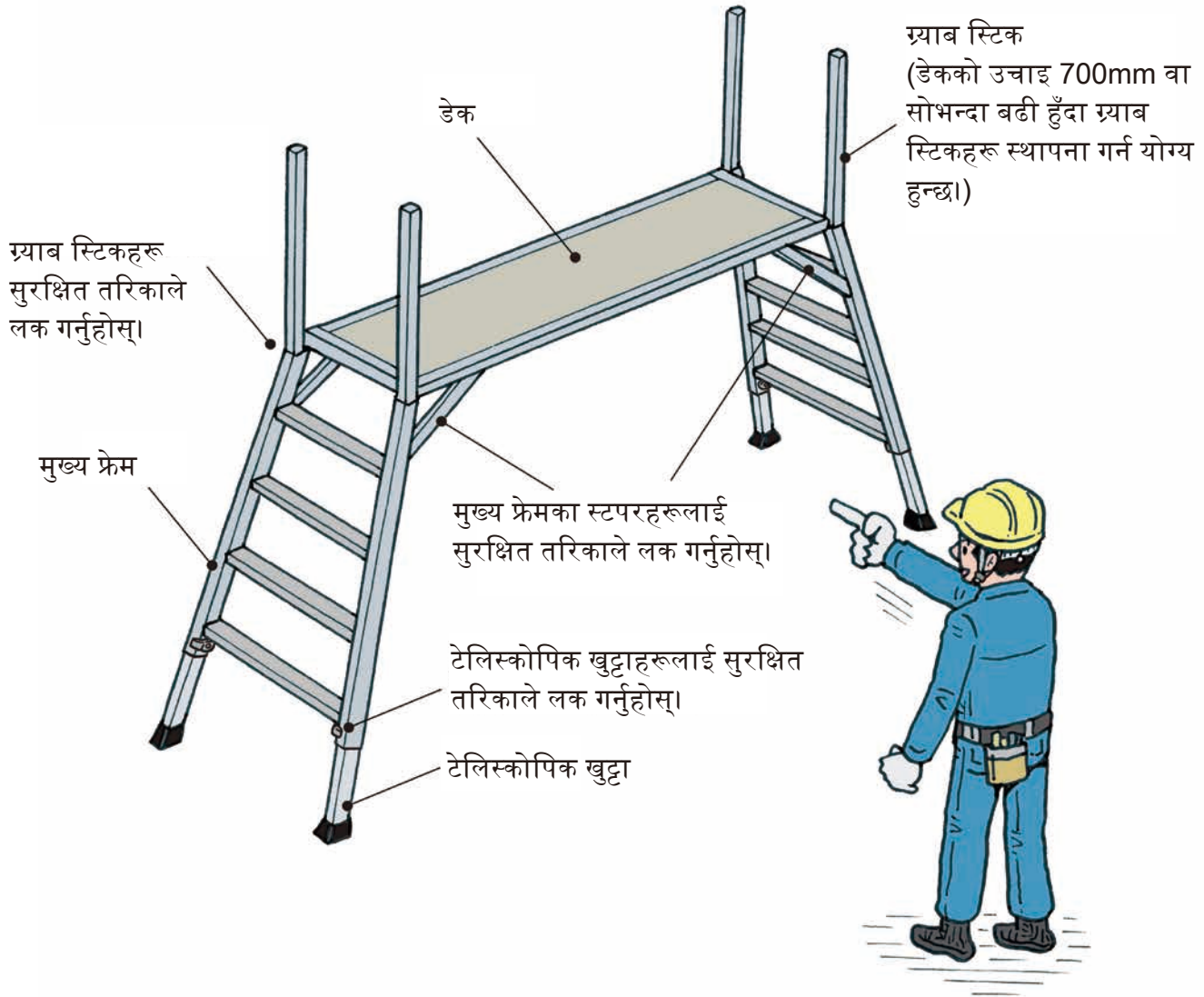
ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. रोधक, नचिप्लिने खुट्टा र टेलिस्कोपिक फिक्स गर्ने ब्राकेटहरू जाँच गर्नुहोस् र एकपटक खराब भइसकेकोलाई प्रयोग नगर्नुहोस्।
2. स्टेपल्याडर तेर्सो र स्थिर स्थानमा स्थापना गरिएको हुनुपर्छ।

(वहनीय वर्कबेन्च)

प्रत्येक भाग जाँच गराउनुहोस्

- खुकुला स्कूहरू
- छुट्टिएका भागहरू
- भागहरूमा बाँध्ने/चर्किने



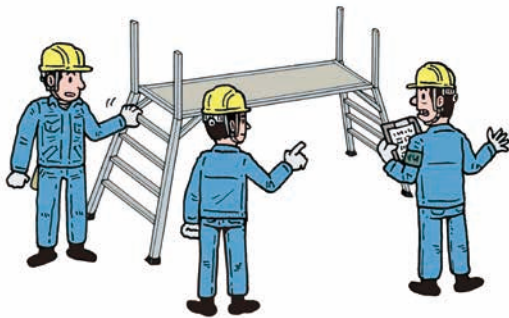
ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. रोधक, नचिप्लिने खुट्टा र टेलिस्कोपिक फिक्स गर्ने ब्राकेटहरू जाँच गर्नुहोस् र एकपटक खराब भइसकेकोलाई प्रयोग नगर्नुहोस्।
2. स्टेपल्याडर तेर्सो र स्थिर स्थानमा स्थापना गरिएको हुनुपर्छ।

(2) वहनीय वर्कबेन्चको सुरक्षित प्रयोगका लागि सावधानीहरू

वहनीय वर्कबेन्चका लागि आठ सुरक्षा नियमहरू

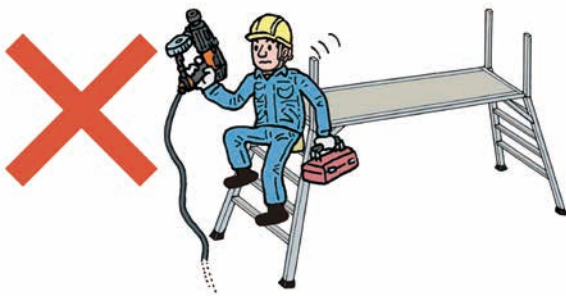
उचित तरिकाले सुरुवातको निरीक्षण सञ्चालन गर्नुहोस्।



स्थापनाको स्थान उपयुक्त भएमा निर्धारण गर्नुहोस्



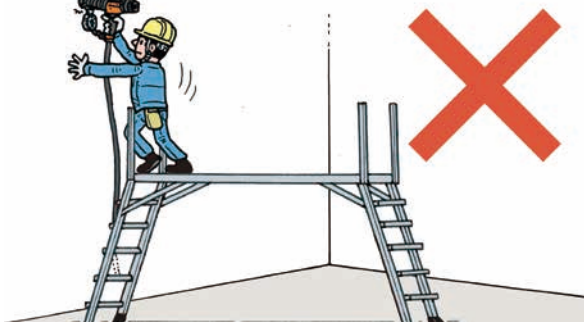
उपकरण वा सामग्रीहरू लिएर उठाउने काम नगर्नुहोस्।



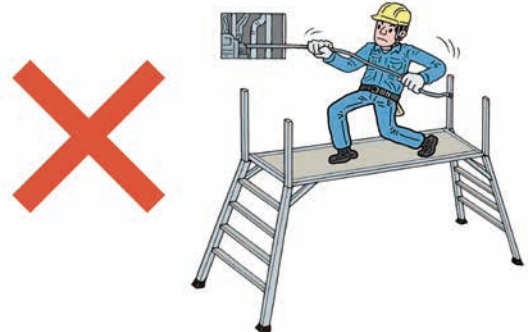
वर्कबेन्चबाट झर्दा ढाडको भरमा तल नझर्नुहोस्।



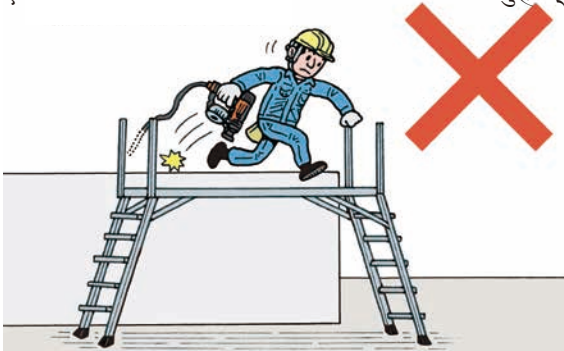
वर्कबेन्चको बाहिर पट्टी झुकेर काम नगर्नुहोस्।



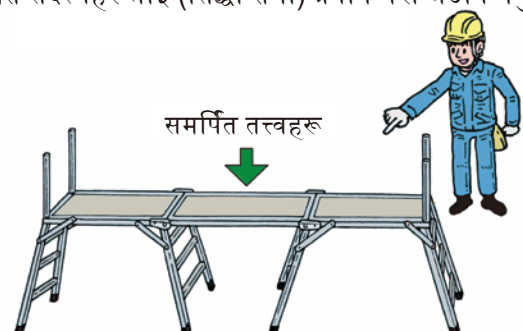
काउन्टर सञ्चालन गर्ने काम नगर्नुहोस्



एउटा बेन्चबाट अर्को बेन्चमा उफ्रने काम नगर्नुहोस्।



समर्पित सदस्यहरूलाई (सिद्धान्तमा) प्रयोग गरी जडान गर्नुहोस्

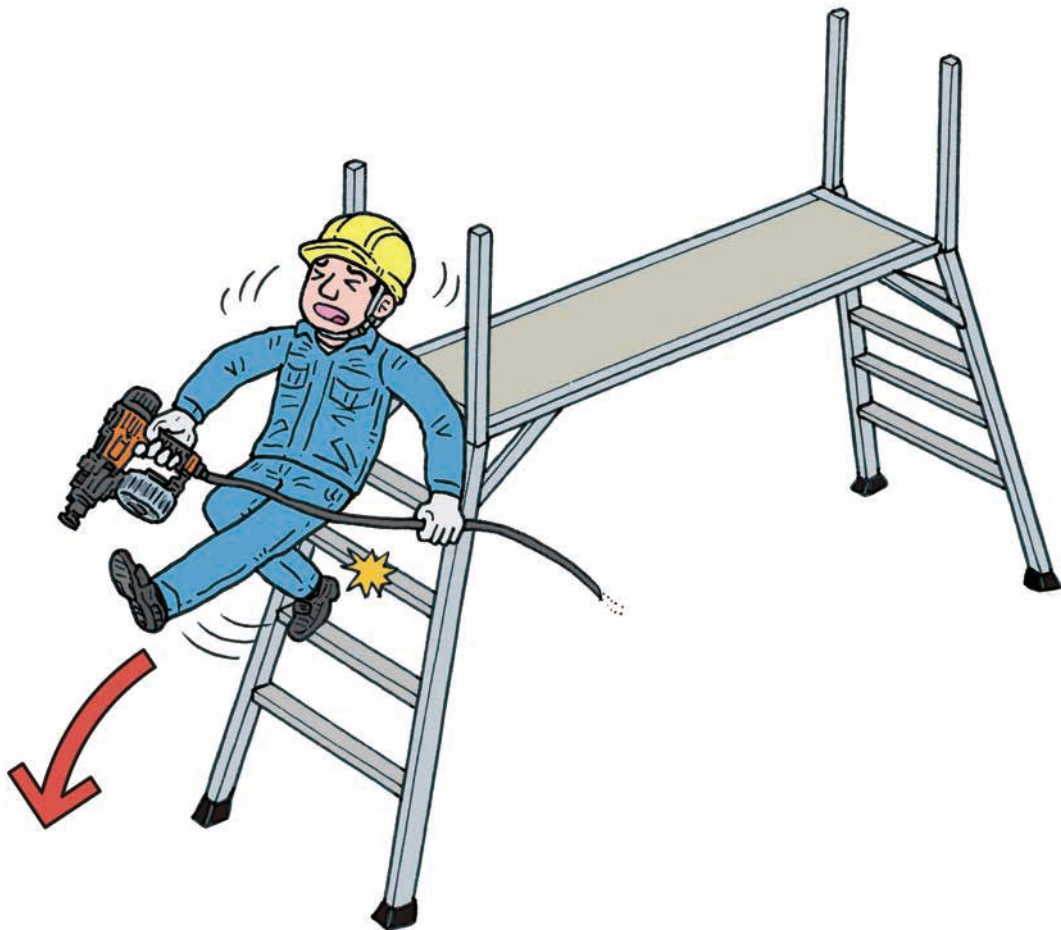


(3) ध्यान दिनुपर्ने दुर्घटनाका उदाहरणहरू

1. ढाडको भरमा वर्कबेन्चमा खस्ने

दुर्घटनाको अवस्था

एउटा हातले वर्कबेन्चमा समातेर एकापट्टी फर्कदा चिप्लिने र खस्ने



ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. आफ्नो हातमा वस्तु लिएर माथि र तल नगर्नुहोस्।
2. ढाड फर्काएर वर्कबेन्चमा माथि र तल नगर्नुहोस्।
3. एउटा हातले ग्याब स्टिकहरू वा मुख्य फ्रेम समातेर माथि र तल नगर्नुहोस्।

2. अनुचित आसनमा खस्ने

दुर्घटनाको अवस्था

वहनीय वर्कबेन्चको बीचमा र पछाडितिर रड लगाउने प्रक्रियाको अवधिमा, शरीरलाई घुमाउँदा र छेउमा भएको कामदारलाई सामग्री दिने प्रयास गर्दा उसले सन्तुलन हराएर खस्न सक्छ।



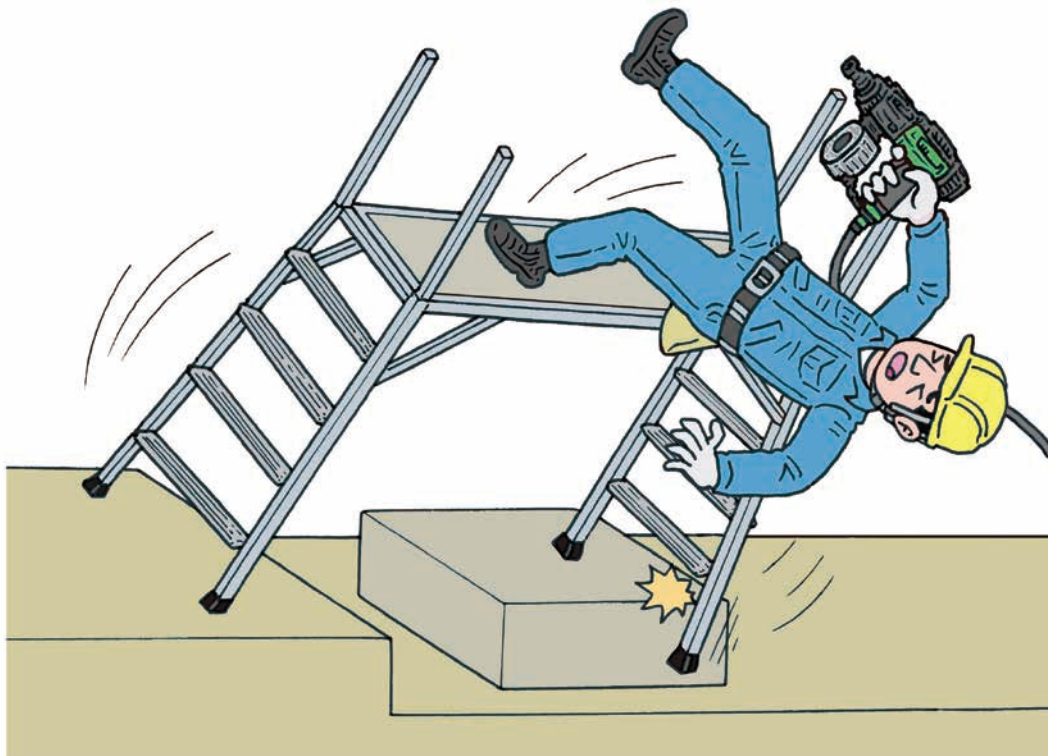
ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. केही चिज समाउँदा यसलाई एउटा जस्तो छ भनी मानेर प्रत्यक्ष रूपमा सामना गर्दै समाउनुहोस्
2. अनुचित आसनमा काम गर्नु हुँदैन।
3. वहनीय वर्कबेन्चमा वाल वा वस्तुलाई बलपूर्वक धकेल्ने वा तान्ने काम नगर्नुहोस्।

3. फरक स्तर भएको स्थानमा स्थापना गरिएको वर्कबेन्चबाट खस्ने

दर्घटनाको अवस्था

वहनीय वर्कबेन्च स्थापना गर्दा, यसलाई फरक फ्लोर स्तर समायोजन गर्न एउटा खुट्टालाई 15cm उचाइ भएको बाकसमा राख्नुहोस्। त्यसपछि, वर्कबेन्चको डेकमा पुग्ने प्रयास गर्दा, सन्तुलन हराएको थियो र कामदार वर्कबेन्चबाट खसेका थिए।



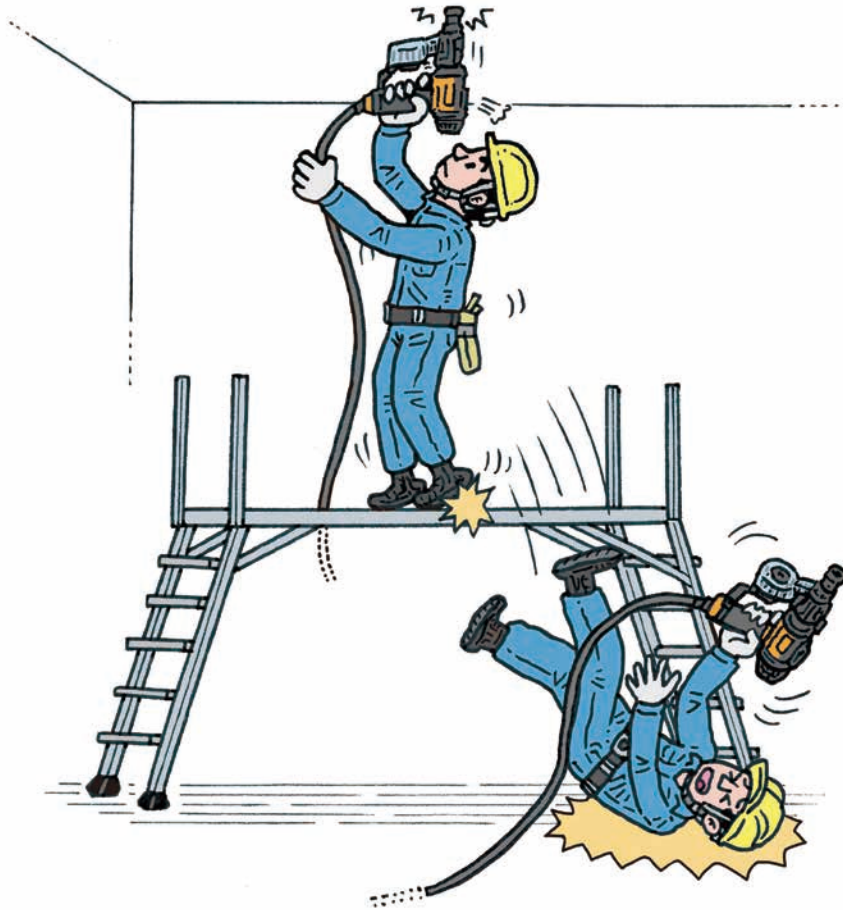
ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. उचाइ समायोजनका लागि वर्कबेन्चलाई बेस वा बाकसमा नराख्नुहोस्।
2. डेकमा वस्तुहरू वा मानिस राखेर वर्कबेन्च नसारुनुहोस्।

4. सिँढी नदेखाले खस्ने

दर्घटनाको अवस्था

वर्कबेन्चको भित्री भागमा काम गर्दा र सिलिडमा एङ्करहरूले हान्दा कामदार वर्कबेन्चबाट खसे किनभने तिनीहरूको आसन सिलिडको उचाइ एकदमै उच्च भएकोले अनुपयुक्त थियो।



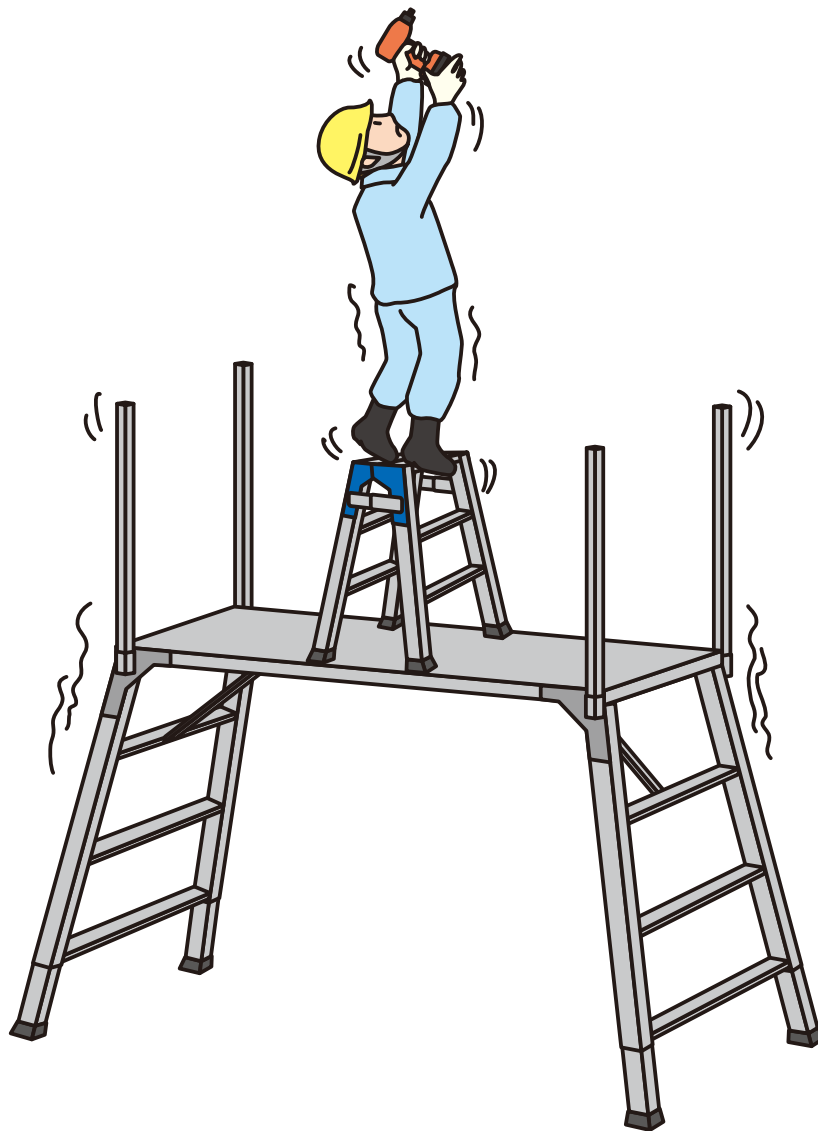
ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. डेकमा काम गर्दा तपाईंको स्टेपमा सधैं ध्यान पुर्याउनुहोस्
2. उपयुक्त उचाइको वर्कबेन्च प्रयोग गर्नुहोस्।
3. दुई वा सोभन्दा बढी मानिसहरूले समान समयमा वर्कबेन्चमा काम नगर्नुहोस्।

5. वर्कबेन्चमा स्टेपल्याडर राख्दा खस्ने

दर्घटनाको अवस्था

वर्कबेन्चको उचाइ अपर्याप्त भएदेखि, स्टेपल्याडर वर्कबेन्चमा राखिएको थियो, कामदार स्टेपल्याडर हल्लिएर सन्तुलन भन्दा बाहिर गएकाले खसे।



ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

1. वर्कबेन्चमा स्टेपल्याडर वा स्टूल नराख्नुहोस्।
2. उपयुक्त उचाइको वर्कबेन्च स्थापना गर्नुहोस्।
3. एउटा वर्कबेन्चबाट अर्को वर्कबेन्चमा नसारुहोस्।