

औद्योगिक सुरक्षा: यी नियमहरू अनिवार्य रूपमा पालना गर्नुपर्छ

कामदारका लागि मुख्य सुरक्षा नियमहरू

खस्ने दुर्घटना रोकथाम सुरक्षा नियमहरू

■ खस्ने रोकथाम स्काफोल्ड (Scaffolding) तथा कार्य प्लेटफर्म पालन गर्नुपर्ने सुरक्षा नियमहरू

- स्काफोल्डमा काम वा आवतजावत गर्दा कार्य प्लेटफर्ममाथि मात्र गर्नुपर्छ।
- स्काफोल्डमा जडान गरिएको सुरक्षा रेलिङ ननाच्ने र मनपरी रूपमा नखोल्ने।
- सुरक्षा रेलिङ अस्थायी रूपमा हटाउँदा अनिवार्य रूपमा सुरक्षा बेल्ट र सुरक्षा हेलमेट लगाउनुपर्छ।



■ खस्ने रोकथाम चल्ने/गुड्ने स्काफोल्डमा काम गर्दा पालन गर्नुपर्ने सुरक्षा नियमहरू

- काम गर्दा अनिवार्य रूपमा सुरक्षा बेल्ट र सुरक्षा हेलमेट लगाउने, तथा सुरक्षा रेलिङ नभएको चल्ने/गुड्ने स्काफोल्डमा काम गर्न अस्वीकार गर्ने।
- चल्ने/गुड्ने स्काफोल्डको सुरक्षा रेलिङ ननाच्ने र नखोल्ने।
- चल्ने/गुड्ने स्काफोल्ड सार्दा कार्य प्लेटफर्मबाट जमिनमा ओर्लिएपछि मात्र सार्ने।



■ खस्ने रोकथाम झुण्ड्याइएको स्काफोल्डमा काम गर्दा पालन गर्नुपर्ने सुरक्षा नियमहरू

- झुण्ड्याइएको स्काफोल्डको डोरीलाई निर्दिष्ट हुकमा मजबुत रूपमा बाँध्नुपर्छ।
- छुट्टै जीवनरक्षक डोरी जडान गरी सुरक्षा बेल्टलाई जीवनरक्षक डोरीमा जडान गर्नुपर्छ।
- जीवनरक्षक डोरी र सुरक्षा बेल्ट बिना झुण्ड्याइएको स्काफोल्डमा काम गर्न अस्वीकार गर्ने।

■ खस्ने रोकथाम भन्याङ प्रयोग गरी काम गर्दा पालन गर्नुपर्ने सुरक्षा नियमहरू

- कार्य प्लेटफर्म वा सुरक्षा जाली राख्न नमिल्ने अवस्थामा बाहेक गुड्ने भन्याङको प्रयोग गर्नु हुँदैन।
- भन्याङबाट चढ्दा वा झर्दा, भन्याङ लड्न वा चिप्लनुबाट बच्ने उपायहरू अपनाउनुपर्छ।
 - * लड्न नदिन: 'आउट्रिगर' राख्ने वा कतै बाँधेर पक्का गर्ने, र दुई जना मिलेर काम गर्ने।
 - * चिप्लिन नदिन: चिप्लने नदिने प्याड (Anti-slip pad) हरू लगाउने, आदि
- भन्याङ प्रयोग गर्दा अनिवार्य रूपमा सुरक्षा बेल्ट र हेलमेट लगाउने

■ खस्ने रोकथाम फ्रेमवर्क र सोरिङ (Formwork & Shoring) भत्किनबाट बच्ने सुरक्षा नियमहरू

- सोरिङ (Shoring) जडान गर्दा इन्जिनियरिङ चेक गरेपछि नक्सा अनुसार मात्र जडान गर्नुपर्छ।
- सोरिङ जडान गर्दा वा निकाल्दा खस्नबाट बच्ने उपायहरू (Safety measures) चेक जाँच गर्नुपर्छ।
- कन्क्रिट भर्ने बेलामा सोरिङ बाङ्गिएको वा सरेको देखिएमा तुरुन्तै सुरक्षित ठाउँमा सर्नुपर्छ।



■ खस्ने रोकथाम स्टिल संरचना कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- स्टिल संरचनामाथि काम गर्दा सुरक्षा बेल्ट लगाई मजबुत रूपमा जडान गर्नुपर्छ।
- स्टिल संरचना उठाउँदा दुई-डोरी प्रणाली प्रयोग गरी उठाउनुपर्छ।
- जडान वा उठाई भइरहेको स्टिल संरचनाको मुनि प्रवेश गर्न हुँदैन।

■ खस्ने रोकथाम • च्यापिने रोकथाम: उचाइमा काम गर्ने प्लेटफर्म कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- कार्य प्लेटफर्ममा काम गर्दा सुरक्षा हेलमेट र सुरक्षा बेल्ट अनिवार्य रूपमा लगाउनुपर्छ।
- कार्य प्लेटफर्मबाट बाहिर ननिस्कनु।
- अत्यधिक उचाइ रोकथामका लागि जडान गरिएको सुरक्षा उपकरण मनपरी रूपमा खोल्ने वा सञ्चालन गर्न हुँदैन।



ठोक्किने • लाग्ने दुर्घटना रोकथाम सुरक्षा नियमहरू

■ ठोक्किने रोकथाम: एक्स्काभेटर कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- एक्स्काभेटर सञ्चालन भइरहेको कार्य दायराभित्र कदापि प्रवेश गर्न हुँदैन।
- एक्स्काभेटर सञ्चालन गर्ने व्यक्तिले अनिवार्य रूपमा सिट बेल्ट लगाउनुपर्छ।
- बकेट, ब्रेकर, कल्यामशेल आदि उपकरण जडान वा परिवर्तन गर्दा सुरक्षा पिन मजबुत रूपमा जडान गर्नुपर्छ।



■ ठोक्किने रोकथाम: ट्रक (Truck) कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- ट्रकसँग सम्पर्क हुने जोखिम भएका स्थानमा प्रवेश गर्न हुँदैन।
- सवारी साधन आवतजावत मार्ग प्रयोग गर्नु हुँदैन र सिग्नल म्यान (संकेत दिने व्यक्ति) को संकेत पालना गर्नुपर्छ।
- अपरिहार्य रूपमा लोडिङ क्षेत्रमा चढ्नुपरेमा सुरक्षा बेल्ट जडान गरी खस्ने जोखिममा विशेष ध्यान दिनुपर्छ।



■ लाग्ने रोकथाम: मोवाइल क्रेन (Mobile Crane) कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- स्लिड डोरी घिसिएको वा विकृत भएको प्रयोग गर्न हुँदैन।
- मोवाइल क्रेन (Mobile Crane) को आउट्रिगर जमिन धसिने जोखिम नभएको स्थानमा जडान गर्नुपर्छ।
- * जमिन धसिने जोखिम भएका स्थान: नरम माटो, फुटपाथ (Block), ढलको मुख आदि
- क्रेनले उचालेको सामानको मुनि प्रवेश गर्न हुँदैन।

ढल्ने दुर्घटना रोकथाम सुरक्षा नियमहरू

■ ढल्ने रोकथाम उत्खनन गरिएको ढलान कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- कामको नेतृत्व गर्ने व्यक्ति (Site Supervisor) को निर्देशन अनुसार काम गर्ने तरिका र कार्य क्रम पालना गर्नुपर्छ।
- सिग्नल म्यान (संकेत दिने व्यक्ति) को निर्देशन अनुसार चल्दै खन्ने मेसिन (Excavator) सँग ठोक्किनबाट सावधानी अपनाउनुपर्छ।
- जमिन चर्किएको वा भित्रबाट पानी निस्किएको जस्ता ढल्ने लक्षण देखिएमा तुरुन्तै काम रोकने र सुरक्षित स्थानमा सर्नुपर्छ।

■ खस्ने • ढल्ने रोकथाम माटो थाप्ने संरचना (Shoring) सम्बन्धी कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- डिजाइन/संयोजन चित्रमा उल्लेख गरिएको जडान विधि र कार्य क्रम जाँच गरी पालना गर्नुपर्छ।
- डेक प्लेट (Lining board) माथि वा खस्ने जोखिम भएका स्थानमा काम गर्दा अनिवार्य रूपमा सुरक्षा बेल्ट लगाउनुपर्छ।
- सामग्री उचाल्दा दुई-डोरी प्रणाली प्रयोग भएको छ कि छैन, डोरीको घिसावट वा क्षति भएको छ कि छैन, र हुकको सुरक्षा उपकरण ठीक छ कि छैन जाँच गर्नुपर्छ।

■ ढल्ने रोकथाम टावर क्रेन कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- कामको नेतृत्व गर्ने व्यक्ति (Site Supervisor) को निर्देशन अनुसार काम गर्ने तरिका र कार्य क्रम पालना गर्नुपर्छ।
- सामग्री उचाल्दा दुई-डोरी प्रणाली प्रयोग भएको छ कि छैन, डोरीको घिसावट वा क्षति भएको छ कि छैन, र हुकको सुरक्षा उपकरण ठीक छ कि छैन जाँच गर्नुपर्छ।
- उचालिँदै गरेको सामान मुनिको जोखिम क्षेत्रमा प्रवेश गर्न हुँदैन।

ढल्ने रोकथाम पाइल ड्राइभर / पाइल पुलर कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- जडान वा हटाउने कार्यमा संलग्न नभएका व्यक्तिहरू नजिक जानु हुँदैन।
- काम गर्ने तरिका र प्रक्रिया राम्ररी बुझी, कामको नेतृत्व गर्ने व्यक्ति (Site Supervisor) को निर्देशन पालना गर्नुपर्छ।
- पाइल ड्राइभरको निरीक्षणका लागि लिडर (Leader) को माथिल्लो भागमा चढ्दा सुरक्षा बेल्ट लगाउनुपर्छ।

ढल्ने रोकथाम निर्माण प्रयोजन लिफ्ट कार्यका सुरक्षा नियमहरू

- भित्र पस्ने वा बाहिर निस्कने अवस्थाबाहेक लिफ्टको ढोका मनपरी रूपमा खोल्न हुँदैन।
- लिफ्टको अधिकतम अनुमत क्षमताभन्दा बढी सामान लोड गर्न हुँदैन।
- लिफ्टका सुरक्षा उपकरणहरू (Safety devices) लाई मनपरी रूपमा हटाउन वा परिवर्तन गर्न हुँदैन।

