尼泊爾文版 Nepali Version

VOL. 76

सुरक्षित लिफ्टिङ्ग परिचालनहरू सुनिश्चित गर्नुहोस् लिफ्टिङ्ग परिचालनको समयमा दुर्घटनाहरू रोक्नुहोस्

工作安全健康 Safety at work

1.

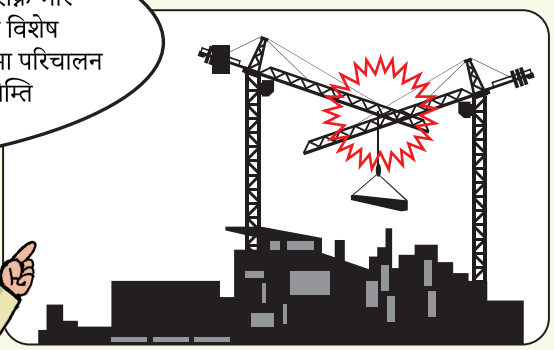
कुनै पनि लिफ्टिङ्ग परिचालन सुरु गर्नभन्दा पूर्व, भुइँको अवस्था, भारको तौल र गुरुत्वकेन्द्र, क्रेनको स्थिरता अनि वरपरको परिवेशको सुरक्षालाई ध्यानमा राखी विस्तृत जोखिम-मूल्याङ्कन गर्नुहोस् । साथै, लिफ्टिङ्ग परिचालनको योजना पनि तयार गर्नु पर्छ ।



2.

भार उठाउने मार्गमा कुनै अवरोध नरहेको र एक-अर्कासँग जुध्न सक्ने भार उठाउने क्षेत्रहरू सुरक्षित रूपमा व्यवस्थापन गरिएको छ भन्ने कुरा विशेष रूपमा सुनिश्चित गर्नु पर्छ । उदाहरणार्थ, एक-अर्काको कार्यक्षेत्रमा परिचालन भइरहेका टावर (भव्य) क्रेनहरूलाई परसपर ठोक्किन नदिनका निम्ति टक्कर-निवारण प्रणाली लगाउनुहोस् ।





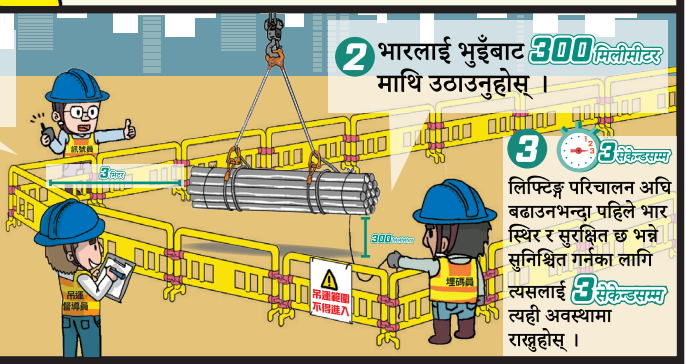
3.

कार्य गर्नका निम्ति सुरक्षित प्रक्रियाहरू स्थापना गर्नु पर्छ अनि उपयुक्त सुरक्षा उपायहरू लागू गर्नु पर्छ । यी कार्यहरूमा लिफ्टिङ्ग क्षेत्रमा छेकबार लगाउनु र चेतावनीका सूचनाहरू टाँसु, लिफ्टिङ्ग (भार उचाने) कार्य गर्दाको सुरक्षाका निम्ति सुपर्यवेक्षक, सङ्केतकहरू र स्लिङ्गरहरू (slingers) (भार बाँध्ने र परिचालन गर्ने श्रमिकहरू) नियुक्त गर्नु, झुण्ड्याइएको भार नियन्त्रण गर्नलाई ट्याग लाइन (सुरक्षा डोरी) उपयोग गर्नु, तथा लिफ्टिङ्ग परिचालन सुरु गर्नभन्दा पूर्व "3-3-3" अजमाइस भार-उचाल्ने प्रक्रिया अपनाउनु समावेश छन् ।

1 सबै व्यक्तिहरू लिफ्टिङ्ग क्षेत्रबाट कम्तीमा **3 मिटर** टाढा रहेको सुनिश्चित गर्नुहोस् ।

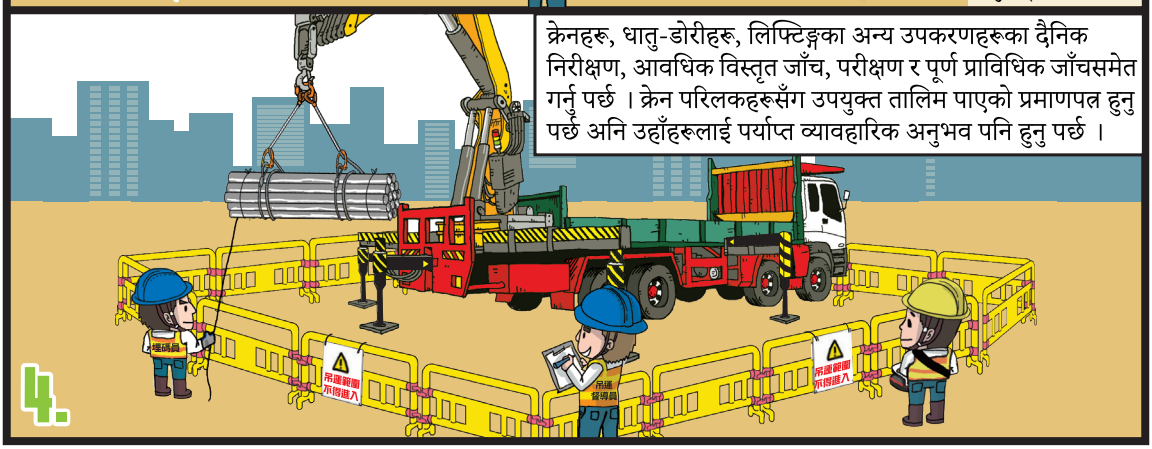
2 भारलाई भुइँबाट **300 मिलीमीटर** माथि उठाउनुहोस् ।

3 **3 सेकेन्डसम्म** लिफ्टिङ्ग परिचालन अघि बढाउनभन्दा पहिले भार स्थिर र सुरक्षित छ भन्ने सुनिश्चित गर्नका लागि त्यसलाई **3 सेकेन्डसम्म** त्यही अवस्थामा राख्नुहोस् ।



4.

क्रेनहरू, धातु-डोरीहरू, लिफ्टिङ्गका अन्य उपकरणहरूका दैनिक निरीक्षण, आवधिक विस्तृत जाँच, परीक्षण र पूर्ण प्राविधिक जाँचसमेत गर्नु पर्छ । क्रेन परिलकहरूसँग उपयुक्त तालिम पाएको प्रमाणपत्र हुनु पर्छ अनि उहाँहरूलाई पर्याप्त व्यावहारिक अनुभव पनि हुनु पर्छ ।



व्यावसायिक सुरक्षा र स्वास्थ्य परिषद

श्रम विभाग

श्रम विभाग
ऑनलाइन OSH उजुरी फाराम www.labour.gov.hk
OSH उपयोगी हटलाइनहरू 2542 2172

"OSH 2.0" मोबाइल एप