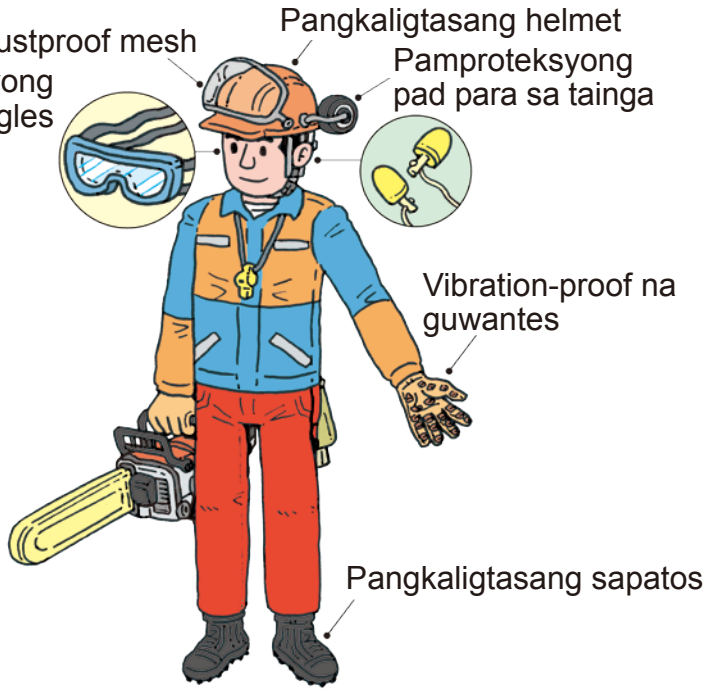
“Trabaho sa telekomunikasyon”

Ang mga importanteng payo para sa kaligtasan at kalusugan

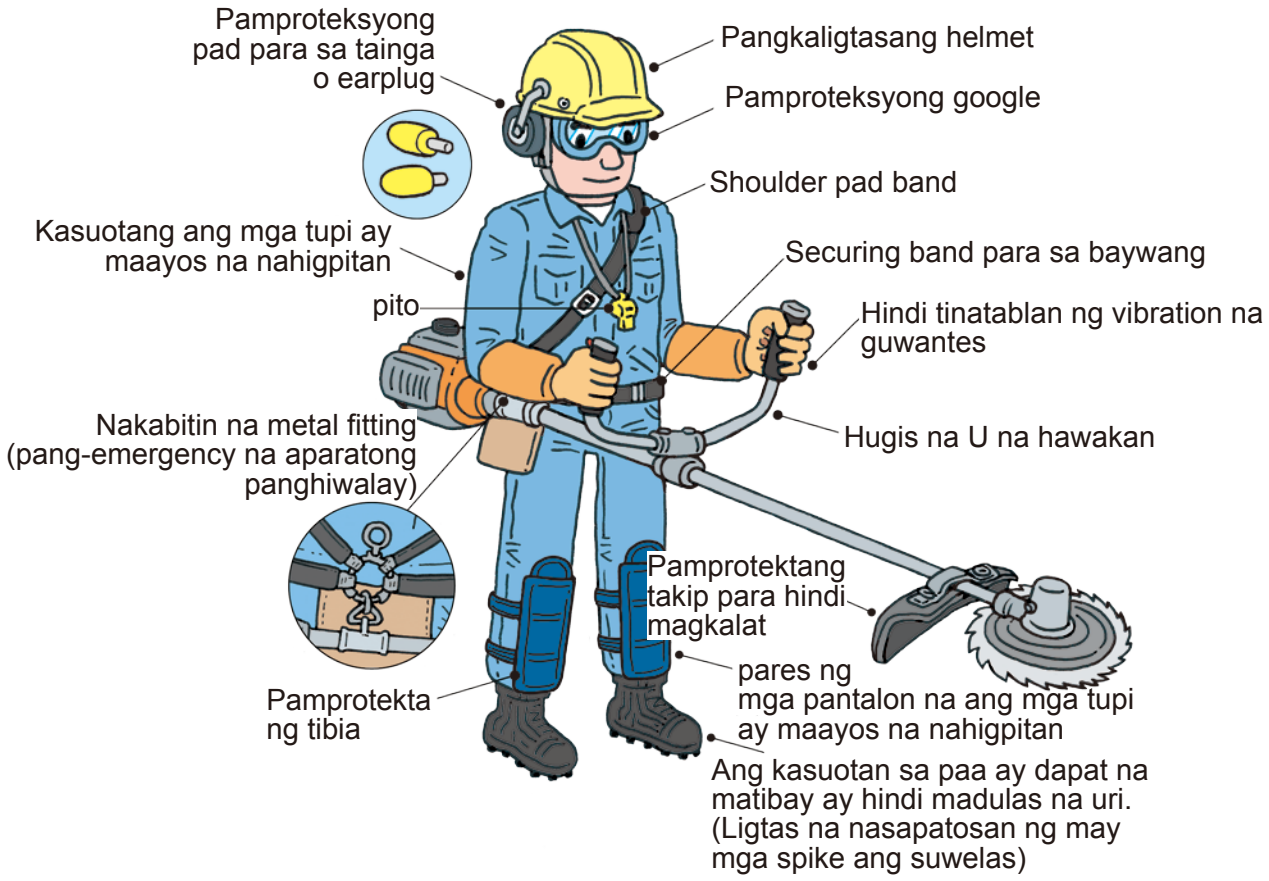
Paggamit ng mga kagamitang de-kuryente

(1) Chainsaw



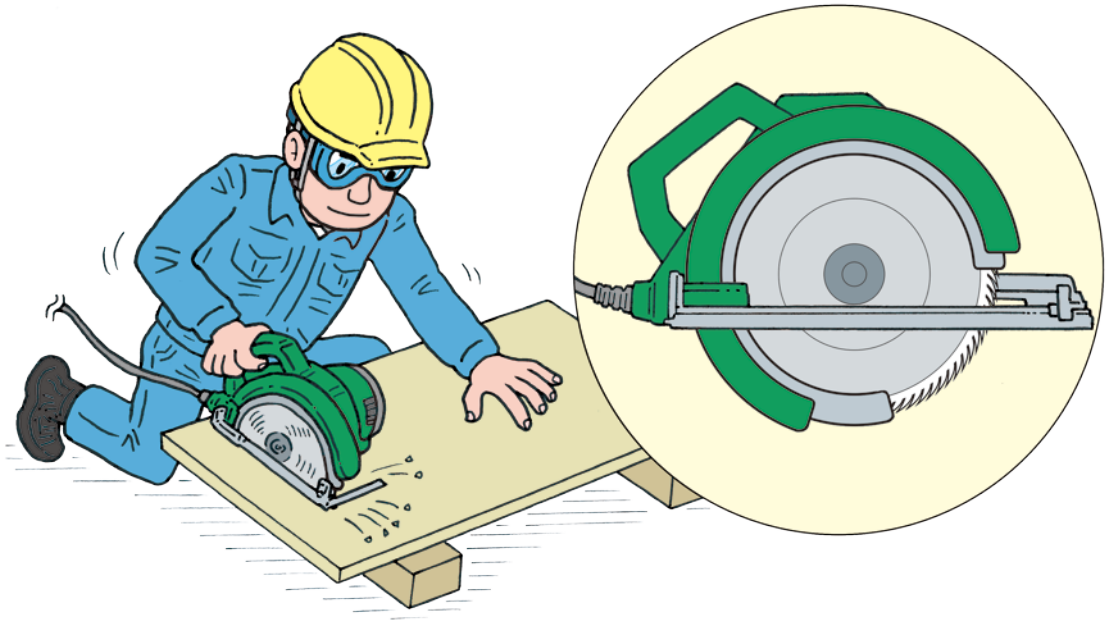
Pangkaligtasang helmet	Gumamit ng safety helmet nang tama
Pamproteksyong googles	Gumamit ng pamproteksyong salamin at pamproteksyong googles
Vibration-proof na guwantes	Gumamit ng vibration-proof na guwantes.
Pangkaligtasang sapatos	Gumamit ng matibay at hindi madulas na pangkaligtasang sapatos
Mga damit	1. Magsuot ng pangmainit na kasuotan ayon sa panahon at kalagayan ng panahon. 2. Magsuot ng kasuotang na kasya sa iyong katawan, at ang mga tupi at maayos na nahigpitan. 3. Gumamit ng mga guwantes, medyas, at mga ibang bagay na may magandang insulasyon sa temperatura. 4. Magsuot ng pamproteksyong kasuotan para pang-iwas ng sugat.
Earplug	Magkabit ng earplug at mga pamprotekta ng tainga para maiwasan ang malalakas na ingay.
Natatanging edukasyon	Ang trabaho gamit ang chainsaw ay isinasagawa ng taong nakatanggap ng “Natatanging pagsasanay para sa manggagawa ng chainsaw”.

(2) Makinang pang-ani



Safety helmet	Gumamit nang tama ng cap na pangkaligtasan.
Pamproteksyong googles	Gumamit ng pamproteksyong salamin (goggles) at pamproteksyong googles.
Takip ng kamay	Magsuot ng takip ng kamay.
Pangkontrol ng vibration na guwantes	Magsuot ng pangkontrol ng vibration na guwantes.
Pangkaligtasang sapatos	Gumamit ng matibay at hindi madulas na uri ng pangkaligtasang sapatos.
Earplug	Magkabit ng mga earplug at mga pamprotekta ng tainga para mabawasan ang malalakas na ingay.
pito	Palaging magdala ng pito para sa pakikipagkomunikasyon at pagsenyas.
Pamprotekta ng tibia	Magkabit nang tama ng pamprotekta ng tibia.
Edukasyon sa kaligtasan at kalusugan	Ang taong nakatanggap ng edukasyon sa kaligtasan at kalusugan tungkol sa paggamit ng mga makinang pang-ani.

(3) Nabibitbit na circular saw

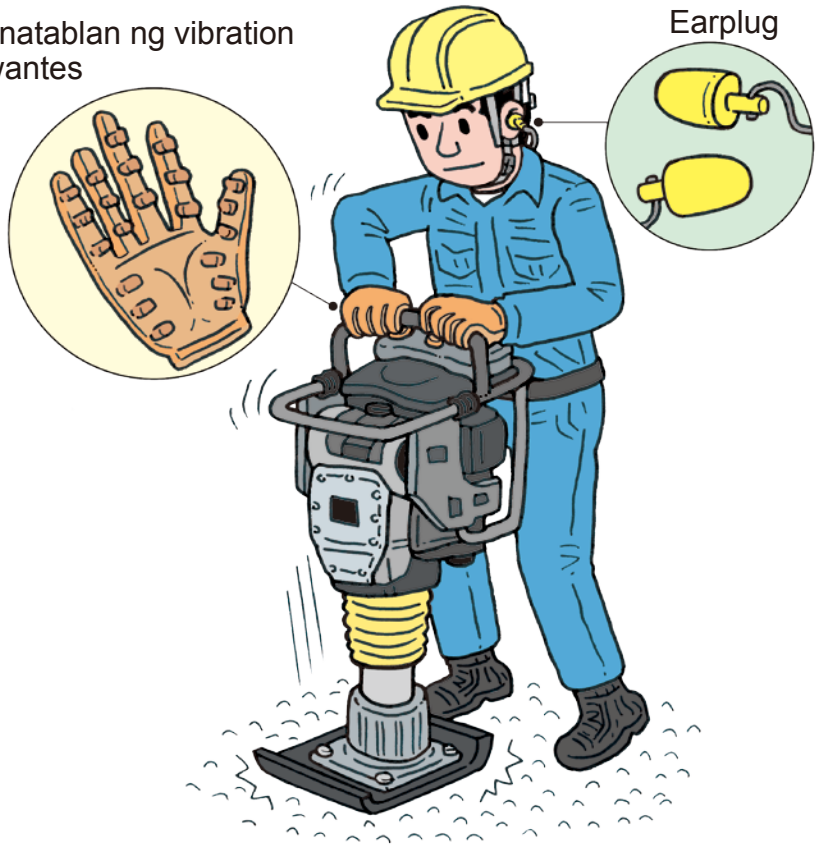


Mga bagay na susundan

1. Gumamit ng blade na walang pinsala o walang maluwang na roskas o turnilyo.
2. Suriin kung may pinsala sa cabtire na kable at pag-ground.
3. Suriin ang kondisyon ng pamprotektang takip at lakas ng preno.
4. Trabaho sa matatag na mesa ng trabaho. Huwag magtrabaho nang may hawak na circular saw sa iyong isang kamay.
5. Ipinagbabawal ang pagtrabahong nakasuot ng guwantes.
6. Kung makakarinig ng hindi normal na ingay habang ginagamit ang circular saw, ihinto ang trabaho at siyasatin.
7. Huwag galawin ang circular saw habang umiikot ang talim nito.
8. Suriin ang posisyon ng kable bago simulan ang trabaho.

(4) Mga kagamitang nagba-vibrate (mga rammer, barenang nagba-vibrate, atbp.)

Ang paggamit ng mga kagamitang nagba-vibrate tulad ng rammer at barenang nagba-vibrate ay maaaring maging sanhi ng pamamanhid, ginaw, at paninigas sa mga kamay,daliri at kamay.

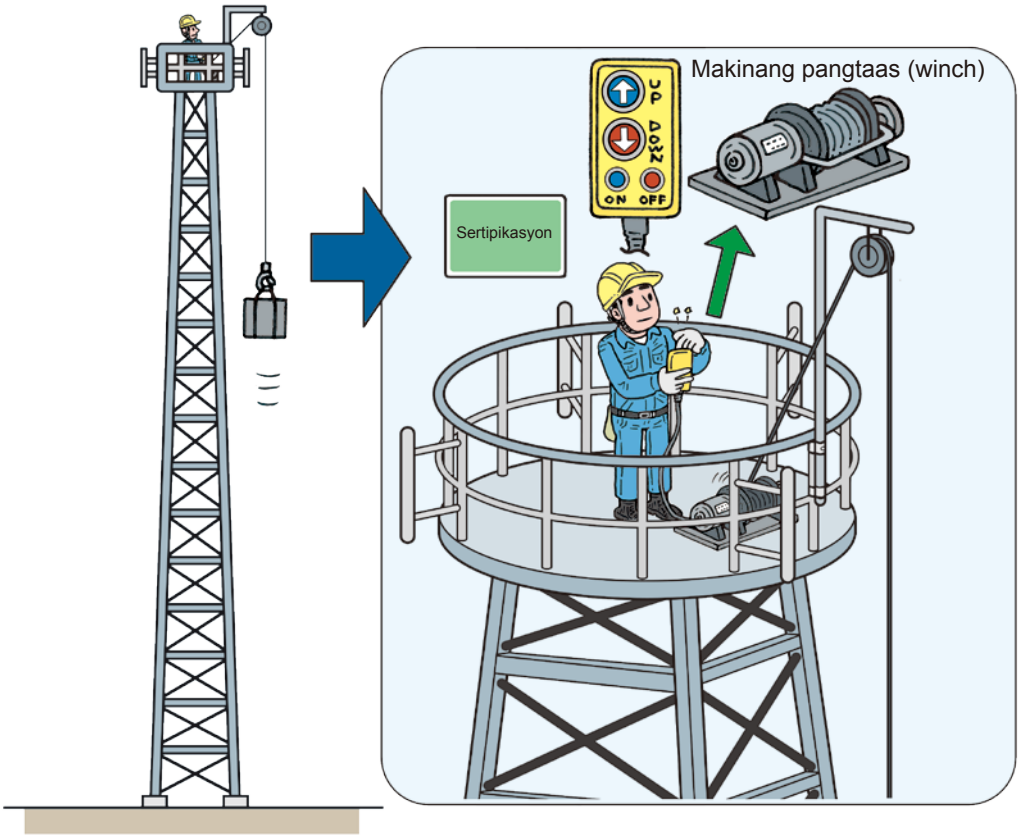


Mga bagay na susundan

1. Trabaho gamit ang nagba-vibrate na kagamitan ay para sa taong nakatanggap ng edukasyon sa kaligtasan at kalusugan tungkol sa paggamit ng mga nagba-vibrate na kagamitan.
2. Piliin ang mga nagba-vibrate na kagamitan na magaan at hindi masyadong nagba-vibrate hangga’t maaari, at regular na suriin at panatiliin.
3. Gumamit ng pamproteksyong kagamitan tulad ng hindi tinatablan ng vibration na guwantes at earplug.

(5) Makinang pangtaas (winch)

Ang mga makinang pangtaas (winch) ay ginagamit para sa pagtaas at pagbaba ng mga materyales, atbp., at may panganib ng aksidente dahil sa hindi tamang operasyon o kawalan-ingat sa panahon ng trabaho.



Mga bagay na susundan

Ang hoist ay pinapagana ng taong nakakumpleto ng “Natatanging Edukasyon”

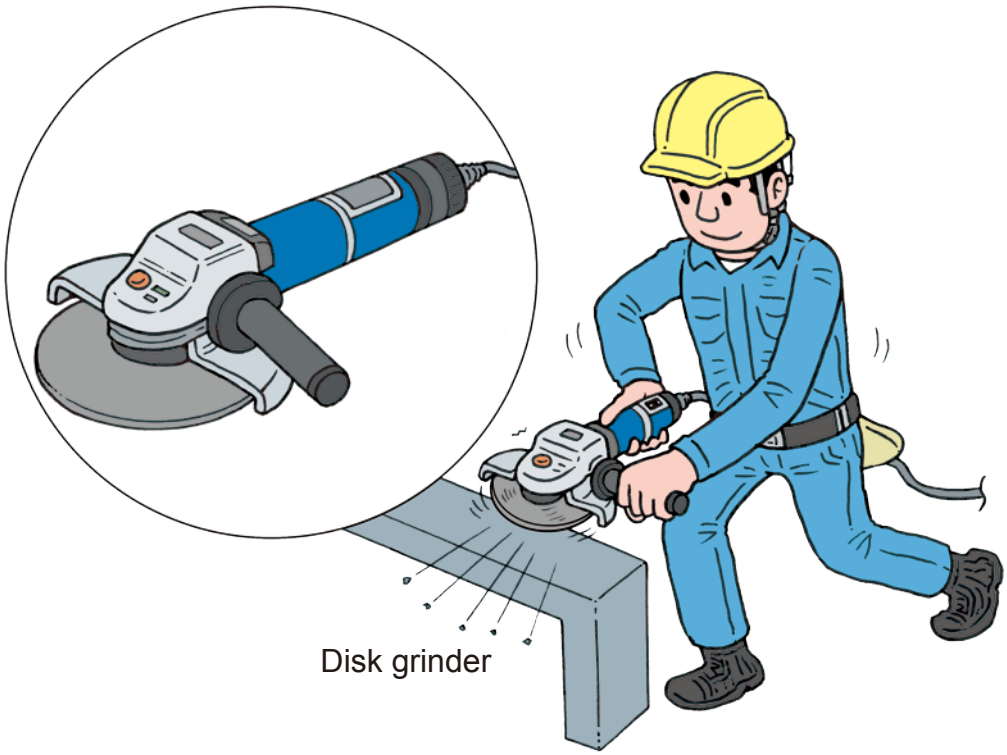
(6) De-kuryenteng barena

De-kuryenteng barena

Mga bagay na susundan

1. Suriin kung may sira ang bit at kung normal ang paggana ng switch.
2. Gumamit ng drill sa harap ng katawan.
3. Kapag nagbabarena ng butas sa patayong lugar, tiyaking walang tao ang nasa likod nito.
4. Kapag nagtatrabaho ka, ayusin ang materyal.
5. Kung may hindi normal na tunog o vibration habang ginagamit, agarang ihinto ang operasyon.
6. Suriin kung may pinsala ang cabtire na kable at pag-ground.
7. Habang gumagalaw, patayin ang barena.
8. Tanggalin sa saksakan kung hindi ginagamit.

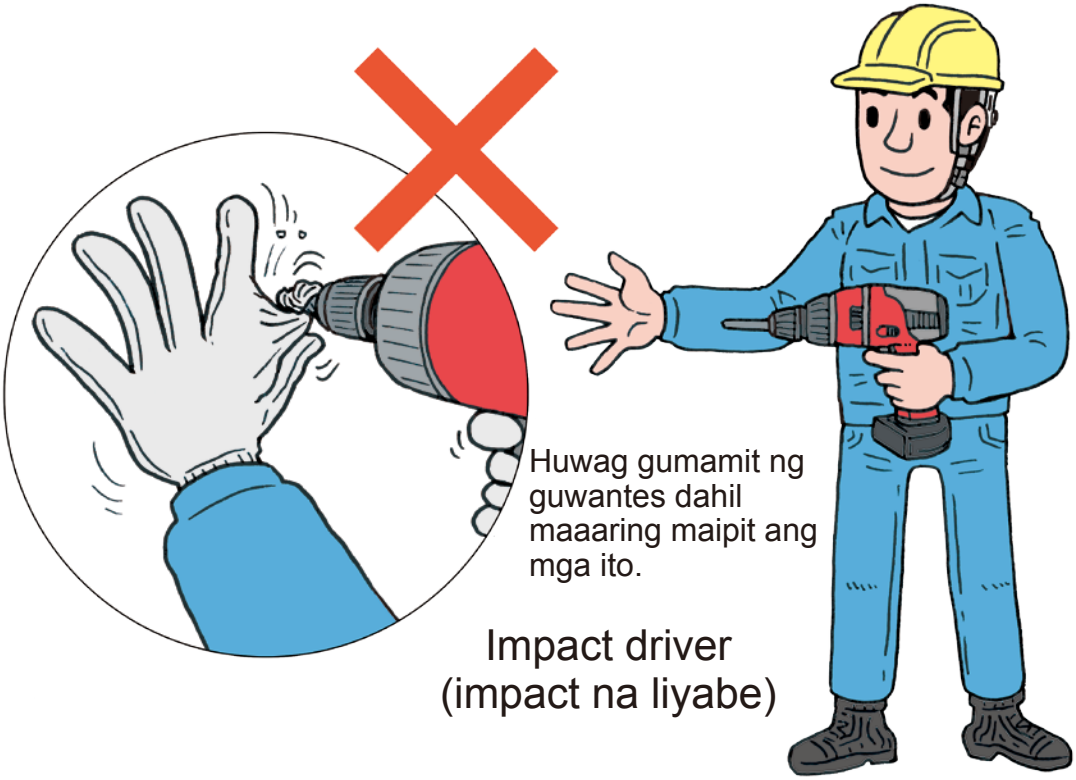
(7) Disk grinder



Mga bagay na susundan

1. Gamitin sa pamamagitan paghawak nang mabuti sa disc grinder gamit ang iyong dalawang kamay.
2. Pagpalit ng grinding wheel o pagsubok na gamitin sa oras ng pagpapalit ay nangangailangan ng natatanging edukasyon.
3. Para sa mga grinding wheel, isagawa ang pagsubok na paggamit nang hindi bababa sa 1 minuto bago simulan ang pagtrabaho, at nang hindi bababa sa 3 minuto kapag pinalitan ang wheel.

(8) Impact driver (impact wrench)



Mga bagay na susundan

1. Habang ginagamit ang mga de-kuryenteng power tool tulad ng mga impact driver, huwag kailaman ilapit sa iyong mga kamay o paa ang umiikot na bahagi.
2. Hindi dapat na gumamit ng mga guwantes dahil baka maipit ang iyong kamay sa umiikot na talim ng impact driver (shaft).
3. Ang trabaho gamit ang nagba-vibrate na kagamitan tulad ng mga impact driver ay isinasagawa ng taong nakatanggap ng edukasyon sa kaligtasan at kalusugan tungkol sa paggamit ng mga nagba-vibrate na kagamitan.