



Food and Agriculture  
Organization of the  
United Nations



சிறு தொழில் மீனவர்களுக்கும் கடலில் பாதுகாப்பு

பாதுகாப்பு இடர் மேலாண்மை

Safety Risk Management (SRM)

அறிமுகம்

## அறிமுகம்

மீனவராக இருப்பது கடினமான வேலை! நீங்கள் செப்பும் எல்லாவற்றிலும் ஆபத்து உள்ளது, மேலும் இந்த அபாயங்கள் எல்லா நேரத்திலும் மாறிக்கொண்டே இருக்கின்றன

அபாயங்களில் வானிலை, சோாவு, மீன்பிடித்தலின் போது ஏற்படும் காயங்கள், மழுகுதல் ஆகியவை அடங்கும்.

பாதுகாப்பு இடர் மேலாண்மை (எஸ்.ஆர்.எம்) பயிற்சியின் நோக்கம் கேப்டன் மற்றும் குழுவினருக்கு ஆபத்துகாலங்களில் திறம்பட திட்டமிட்டு முடிவுகளை எடுக்குக. ஒரு வாய்ப்பை வழங்குவதாகும் எஸ்.ஆர்.எம் கீழ்க்கண்டவற்றை பற்றி அறிந்து கொள்ள ஒரு வழி:

- அபாயங்களை அடையாளம் காணுதல்
- அவற்றை மதிப்பிடுதல்
- தொடர்புடைய அபாயங்களை நிர்வகித்தல்

உங்கள் மீன்பிடி பயணத்தை பாதுகாப்பானதாக மாற்ற அனுமதிக்கிறது



## ஆபத்து என்றால் என்ன?

நோய், காயம், மரணத்தை ஏற்படுத்தும் திறன் கொண்ட எதுவும் அல்லது பொருட்ச் சேதம்

அது உயிரற்ற பொருளாகவோ அல்லது ஒரு துண்டு போன்ற பொருளாகவோ உபகரணங்களாகவோ அல்லது இயந்திரங்களாகவோ இருக்கலாம்

இது போதை அல்லது களைப்பு உட்பட ஒரு நபரின் நடத்தையாகவும் இருக்கலாம்

முக்கிய புள்ளி: ஒரு ஆபத்து என்பது தீங்கு விளைவிக்கும் மற்றும் பாதுகாப்பிற்கு தீங்கு விளைவிக்கும் காரணியாகும்.



## மீன்பிடிப்பதால் ஏற்படும் அபாயங்கள்

இதன் விளைவாக மீனவர்கள் இறக்கின்றனர்:

- **கப்பலுக்கு ஒரு விபத்து:** அதாவது படகே முழுமையாக இழக்கப்படலாம் – பொதுவாக பல இறப்புகள் இவ்வகை ஆபத்துகளில் ஏற்படுகின்றன. [80% இறப்புகள் மதிப்பிடப்பட்டுள்ளன]
- **கப்பலில் ஒரு விபத்து:** ஒரு தொழில் பாதுகாப்பு நிகழ்வு – பொதுவாக ஒருவர் இறப்பது மதிப்பிடப்பட்ட 20% இறப்புகள், மற்றும் கூடுதலாக இறப்பது
- **கடலில் வேலை செய்வதால் ஏற்படும் உடல்நலக்குறைவு:** உதாரணமாக, தொழில்சார் சுகாதாரப் பிரச்சினைகள் ஏற்படலாம். இவை விபத்துக்களை விட அதிக உயிரிழப்புகளை ஏற்படுத்துகிறது]



## 7 கொடிய அபாயங்கள்

- கப்பல் தொலைந்தது – மூழ்குதல்
- காணாமல் போன படகு – தீ
- இறப்பு / கடுமையான காயம் – கப்பலில் இருந்து கீழே தவறிவிழுத்து தொலைந்த நபர்
- இறப்பு / கடுமையான காயம் – இயந்திரங்களில் சிக்கிக் கொள்ளுதல்
- இறப்பு / கடுமையான காயம் – மூடப்பட்ட இடங்கள்
- இறப்பு / கடுமையான காயம் – சறுக்கி விழுதல், பயணங்கள் மற்றும் வீழ்ச்சி
- இறப்பு / கடுமையான தொழில்சார் உடல்நலக்குறைவு





## பாதுகாப்பு இடர் மேலாண்மை (SRM) செயல்முறை

### ஆபத்து என்றால் என்ன ?

ஆபத்து என்பது தீங்கு விளைவிப்பதற்கான சாத்தியக்கூறு மற்றும் சாத்தியமான விளைவு ஆகும்

அபாயங்கள் அனைத்தும் மீன்பிடிப்பு தொழிலும் எப்போதும் உள்ளன, ஆனால் முக்கியம் நாம் எப்படி தீவ்கை குறைக்கவும், கடலில் இருந்து பத்திரமாக திரும்வதற்கான வாய்ப்பை அதிகரிக்கவும் இவற்றை நிர்வகிக்கவும் திட்டமிட வேண்டும்.

மீன்பிடி நடவடிக்கைகளின் அளவிற்கேற்ப இடர்களை முகாமைத்துவம் செய்தல்



## அபாயங்களை நிர்வகித்தல்

இரு இடர் பாதுகாப்பு மேலாண்மை அமைப்பு – ஆபத்தை நிர்வகிக்க உங்களை தயார்படுத்தும் ஒரு அமைப்பு ஆகும்

எஸ்.ஆர்.எம் செயல்முறையை எப்போது மேற்கொள்ள வேண்டும்:

- இதற்கு முன்னர் அவ்வாறு செய்யப்படவில்லை என்றால்
- மீண்பிடி பருவத்தின் தொடக்கத்தில்
- திட்டமிடும்போது அல்லது மாற்றத்தைச் செய்யும்போது
- ஒரு சம்பவம், விபத்து அல்லது அருகிலுள்ள தவறுகளுக்குப் பிறகு
- ஆபத்து நிலையின் அடிப்படையில் சீரான இடைவெளியில் பணியிடத்தில் மதிப்பீடு
- சட்டமன்றக் கடமைகள் மாறும்போது
- ஒரு புதிய பணி / மீண்பிடி வகையை மேற்கொள்வதற்கு முன்



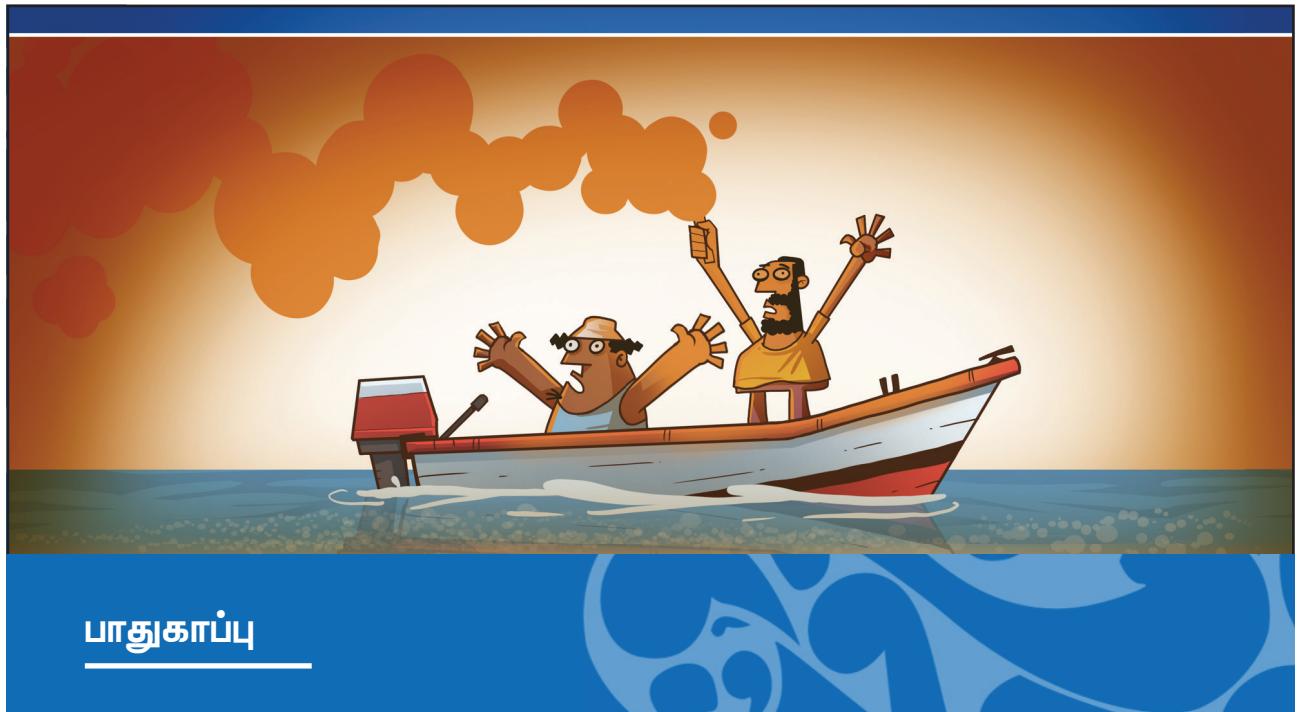
## SRM செயல்முறையை மேற்கொள்ளுதல்

பாதுகாப்பு இடர் மேலாண்மை செயல்முறையைப் பயன்படுத்துவது பாதுகாப்பாக இருக்க உங்களை அனுமதிக்கும்:

- S** – Sea the Hazard (ஆபத்தைப் பாருங்கள்)  
**A** – Assess the Risk (ஆபத்தை மதிப்பிடுங்கள்)  
**F** – Fix the Problem (சிக்கலை சரிசெய்யவும்)  
**E** – Evaluate your Fix (உங்கள் தீர்வை மதிப்பீடு செய்யுங்கள்)

- தற்போதுள்ள மற்றும் சாத்தியமான ஆபத்துக்களை அடையாளம் காண்பதே முதல் படி (SEE)
- பின்னர், நீங்கள் ஆபத்தை மதிப்பிட வேண்டும் (ASSESS)
- ஆபத்து ஏற்படுத்தும் ஆபத்தை நீங்கள் நிறுவியவுடன், நீங்கள் கட்டுப்பாட்டை வைக்கலாம் (FIX)
- தீங்கு ஏற்படுவதைத் தடுப்பதற்கான நடவடிக்கைகள், இறுதியாக
- உங்களிடம் உள்ள கட்டுப்பாட்டு நடவடிக்கைகளை உறுதிப்படுத்த உங்கள் தீர்வை தொடர்ந்து மதிப்பீடு செய்யுங்கள் செயல்படுத்தப்பட்டவை பயனுள்ளவை மற்றும் ஆபத்துக்கு பொருத்தமானவை என்று பிரிவுகளாக பரித்து மதிப்பிடவும் (EVALUATE)





**பாதுகாப்பு**

## **குறிப்பு: அபாயம் மற்றும் ஆபத்து**

”அபாயம்” மற்றும் ”ஆபத்து” பெரும்பாலும் ஒன்றுக்கொன்று மாற்றாகப் பயண்படுத்தப்படுகின்றன, ஆனால் அவை ஒரே பொருளைக் குறிக்காது

- நீரிலிருந்து ஒரு படகு இன்னும் ஒரு ”அபாயமாக” இருக்கலாம், ஆனால் கவலைப்பட வேண்டிய அவசியமில்லை
- ஒரு புயல் வேகமாக நெருங்கிக் கொண்டிருக்கையில், நீரில் சிக்கிய மீனவர்களைக் கொண்ட படகு, வித்தியாசமானது

மதிப்பிடப்படுவதற்கும் கட்டுப்படுத்துவதற்கும் இப்போது ஒரு தெளிவான ஆபத்து உள்ளது



## **பாதுகாப்பு இடர் மேலாண்மை (SRM) செயல்முறையைத் தொடங்குதல்**

தொடங்குவதற்கான சிறந்த வழி, ஒவ்வொரு பகுதியையும், செயல்முறை மற்றும் பணியையும் பார்ப்பதன் மூலம் உங்கள் கப்பல் மற்றும் ஆபத்துகள் எங்கு உள்ளன என்பதை அடையாளம் காணத் தொடங்குங்கள்

‘என்ன தவறு நடக்கலாம்?’ என்ற கேள்வியை நீங்களே கேட்டுக் கொள்ளுங்கள்.

இந்த அடையாள செயல்முறை பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்க வேண்டும்:

- இயந்திரங்கள் மற்றும் உபகரணங்களின் மீளாய்வு
- வேலை முறைகள்
- வேலை செய்யும் பகுதி அமைத்தல்
- தனிநபர் பாதுகாப்பு உபகரணங்கள்
- நீரில் மழுகும் அபாயங்கள்
- வெப்பம், குளிர், இரசாயனங்கள் மற்றும் நோய்களின் வெளிப்பாடுகள்
- மின் மற்றும் தீ அபாயங்கள்
- உளவியல் காரணிகள்



### **1. அபாயத்தைப் பார்க்கவும்**

ஆபத்துகளை அடையாளம் காணும்போது, பின்வருவனவற்றைக் கவனிப்புங்கள்:

- என்ன தவறு நடக்கலாம்?
- யாருக்குத் தீங்கு ஏற்படலாம்?
- தீங்கு எப்படி ஏற்படும்?





## ஆபத்து வகைகள் (1)

ஆபத்து என்பது ஏதேனும் ஒன்றில் ஏற்படக்கூடிய சேதம், தீங்கு அல்லது பாதகமான சுகாதார விளைவுகளின் மூலமாகும்.

- ஆபத்தான சூழ்நிலைகள்:** எடுத்துக்காட்டுகளில் வழுக்கும் அல்லது சீரற்ற நடை மேற்பரப்புகள் நெருக்கடியான வேலை நிலைமைகள், மோசமான காற்றோட்டமான பகுதிகள், அதிக உயரங்கள், இரைச்சல் நிறைந்த இடங்கள், மோசமான வெளிச்ச பகுதிகள், மற்றும் வரையறுக்கப்பட்ட இடங்கள் ஆகியவை இதில் அடங்கும்
- ஆபத்தான பொருட்கள்:** எடுத்துக்காட்டுகளில் அரிக்கும் மற்றும் நச்ச இரசாயனங்கள், எளிதில் தீப்பற்றக்கூடியவை மற்றும் வெடிக்கும் பொருட்கள், ஆபத்தான வாடுக்கள் மற்றும் திரவங்கள், கதிரியக்க பொருட்கள், துகள்கள், விழங்கள், பாக்டீரியா மற்றும் வைரஸ்கள் ஆகியவை இதில் அடங்கும்



## ஆபத்து வகைகள் (2)

ஆபத்து என்பது ஏதேனும் ஒன்றில் ஏற்படக்கூடிய சேதம், தீங்கு அல்லது பாதகமான சுகாதார விளைவுகளின் மூலமாகும்.

**ஆபத்தான நடவடிக்கைகள்:** எடுத்துக்காட்டுகளில் ஆபத்தான பணிகள், இயற்கைக்கு மாறான இயக்கங்கள் ஆகியவை அடங்கும் மற்றும் தோரணைகள், கனமான தூக்குதல், மீண்டும் மீண்டும் வேலை, ஒருவருக்கொருவர் மோதல்கள், கொடுமைப்படுத்துதல் மற்றும் அச்சுறுத்தல் ஆகியவை இதில் அடங்கும்

**அபாயகரமான நிகழ்வுகள்:** எடுத்துக்காட்டுகளில் வெடிப்புகள், ஊடுருவல்கள், மோதல்கள், அதிர்வுகள் ஆகியவை அடங்கும், தீ, கசிவுகள், வெளியீடுகள், இரசாயன எதிர்வினைகள், மின்சார அதிர்ச்சிகள், விழும் பொருட்கள், உரத்த சத்தங்கள், கட்டமைப்பு முறிவுகள், மென்பொருள் செயலிழப்புகள், உபகரண செயலிழப்புகள் மற்றும் திட்டமிடப்பாதவை பணிநிறுத்தங்கள் ஆகியவை இதில் அடங்கும்



## என்ன தவறு நடக்கலாம்? விபத்து வகைகள்



**கவிழ்தல்**  
மோசமான நிலைப்பட்டதன்மை  
படகுதளத்தில் அதிக க்ஷமைகள்  
படகுதளத்தின் மேலே சிக்கிய தன்மீர்



**வெளை விபத்துக்கள்**  
வழுக்கும் டெக்குகள்  
பாதுகாப்பற்ற இயந்திரங்கள்



**தாழ்தல்**  
மோசமான கட்டுமாளம்  
மோசமான பராமரிப்பு



**மோதல்**  
கடற்பயண விளக்குகள் இல்லாமல்  
சோர்வுடைந்த குழுவினர்



**தி**  
மோசமான எஞ்சின் நிறுவல்  
சமையல் அடுப்பு சிரியாக நிறுவப்படவில்லை



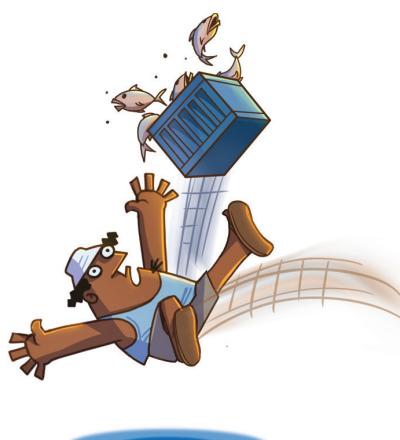
**வேலை விபத்துக்கள்**  
வழுக்கும் படகுதளம்  
பாதுகாப்பற்ற இயந்திரங்கள்



## என்ன தவறு நடக்கலாம்?

கேள்வி: மீன்பிடி நடவடிக்கைகளின் போது பின்வரும் ஆபத்துகள் உள்ளனவா?

- மோதல்கள், மூழ்குதல் போன்றவை
- எஞ்சின் பழுது
- சறுக்கல்கள் / தரையில் விழுதல்
- கடலில் விழுந்தது
- கைகளால் கையாளுவதால் ஏற்படும் ஆபத்துகள்
- மீன் / மீன்பிடி உபகரணங்களால் ஏற்படும் காயங்கள்
- இரசாயன / பொருட்கள்
- தீ மற்றும் வெடிப்பு போன்றவை





## ஆபத்தை புரிந்து கொள்ளுங்கள்

மிகவும் பயனுள்ள கட்டுப்பாடுகளை வைக்க நீங்கள் ஆபத்தை புரிந்து கொள்ள வேண்டும்

- யாருக்குத் தீங்கு ஏற்படலாம் ?
- தீங்கு எப்படி ஏற்படும் ?



## ஆபத்து மற்றும் இடர் பதிவேடுகள்

அபாயங்கள் அடையாளம் காணப்பட்டவுடன், அவற்றை அபாய பதிவேட்டில் ‘புதிய’ அபாயங்கள் என பதிவிடவும்.

ஆபத்து பதிவேடுகள் அடையாளம் காணப்பட்டதைக் கண்காணிக்க உங்களை அனுமதிக்கும் அபாயங்கள் மற்றும் விதிக்கப்பட்ட கட்டுப்பாடுகள் மற்றும் நடவடிக்கைகள் அவர்கள் ஒவ்வொருவருக்கும், அத்துடன் ‘புதிய’ அபாயங்கள் அடையாளம் காண உதவுகிறது.

அனைத்து குழு உறுப்பினர்களும் ஆபத்தை அடையாளம் காணும் செயல்முறையில் ஈடுபட வேண்டும், குறிப்பாக அவர்களுக்கு ஒதுக்கப்பட்ட குறிப்பிட்ட பணிகளில் உள்ளவர்கள் ஆகும்

ஆபத்து பதிவேடுகள் ஒவ்வொரு கப்பலுக்கும் தனித்துவமானதாக இருக்க வேண்டும்





## 2. ஆபத்தை மதிப்பீடு செய்தல்

ஆபத்து அடையாளம் காணப்பட்டவுடன்

- நீங்கள் ஆபத்தை மதிப்பிட வேண்டும்

ஆபத்து சாத்தியக்கூறுகளால் மற்றும் தீங்கு விளைவிப்பதால் ஏற்படக்கூடிய விளைவுகள் தீர்மானிக்கப்படுகிறது

ஆபத்து ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு என்ன, மற்றும் அதன் விளைவுகள் எவ்வளவு மோசமாக இருக்கும்?

இதற்கு ஒரு ஆபத்து கணக்கீடை பயன்படுத்த பரிந்துரைக்கப்படுகிறது

சாத்தியக்கூறு	கிட்டத்தட்ட உறுதியாக	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்	அதிகம்	மிக அதிகம்	மிக அதிகம்
	வாய்ப்புள்ளது	குறைவு	நடுத்தரம்	அதிகம்	மிக அதிகம்	மிக அதிகம்
	சாத்தியம்	குறைவு	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்	அதிகம்	அதிகம்
	வாய்ப்பில்லை	குறைவு	குறைவு	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்	அதிகம்
	அரிதான	குறைவு	குறைவு	குறைவு	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்
		ஏற்கத்தக்கது	குறைவு	நடுத்தரம்	அதிகம்	தீவிரம்
		விளைவுகள் / ஆபத்துகள்				



## 2. ஆபத்தை மதிப்பீடு செய்யுங்கள்

அபாயத்தை மதிப்பிடுதல்

அரிதான (0) இதிலிருந்து சாத்தியக்கூறு மதிப்பிடப்படுகிறது

நிகழ்வு நிகழ் 5% சாத்தியக்கூறு அடுத்த 12 மாதங்களுக்குள் கிட்டத்தட்ட சில (80 – 100% நிகழ்வுகள்) அடுத்த 12 மாதங்களில் இந்த நிகழவு நடக்கும்

அதிக வாய்ப்புகள் அதிக ஆபத்தை ஏற்படுத்துகின்றன. பின்விளைவுகளும் இதிலிருந்து மதிப்பிடப்படுகின்றன. மிகக் குறைவு (சாயங்கள் இல்லை, நோரத்தை இழுக்கவில்லை, இல்லை) நின்ற கால விளைவுகள் (முதல் தீவிரம் வரை (தீவிரமானவை) நிரந்தரமான அல்லது நிரந்தரமான காயம் / நோய் கடுமொழன் இழப்பு ஒன்று அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட இறப்புகள்) தீவிர விளைவுகள் அதிகமாக இருக்கும்

இடர்வாவு ஒட்டுபொட்ட ஆபத்தை தீர்மானிக்க இரண்டு காரணிகளும் அட்வணையில் இணைக்கப்படுகின்றன. சாத்தியக்கூறுகள் மற்றும் விளைவுகள் / தாக்கம் இரண்டும் ஒரு அளவுகோவில் மதிப்பிடப்படுகின்றன.

சாத்தியக்கூறு	கிட்டத்தட்ட உறுதியாக	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்	அதிகம்	மிக அதிகம்	மிக அதிகம்
	வாய்ப்புள்ளது	குறைவு	நடுத்தரம்	அதிகம்	மிக அதிகம்	மிக அதிகம்
	சாத்தியம்	குறைவு	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்	அதிகம்	அதிகம்
	வாய்ப்பில்லை	குறைவு	குறைவு	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்	அதிகம்
	அரிதான	குறைவு	குறைவு	குறைவு	நடுத்தரம்	நடுத்தரம்
		ஏற்கத்தக்கது	குறைவு	நடுத்தரம்	அதிகம்	தீவிரம்
		விளைவுகள் / ஆபத்துகள்				
காயமில்லை	காயமில்லை நிகழ்வு	சிறிய காயம், முறைத்துறை நிகழ்வு	மருத்துவம் காயம், முறைத்துறை நிகழ்வு	தீவிர காயம், முறைத்துறை நிகழ்வு	தீவிரக்காயம், தீவிர நிகழ்வு	தீவிரக்காயம், தீவிர நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
		விளைவுகள் / ஆபத்துகள்				
விளைவுகள்	விளைவுகள் நிகழ்வு	சிறிய காயம், முறைத்துறை நிகழ்வு	மருத்துவம் காயம், முறைத்துறை நிகழ்வு	தீவிர காயம், முறைத்துறை நிகழ்வு	தீவிரக்காயம், தீவிர நிகழ்வு	தீவிரக்காயம், தீவிர நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு	நிகழ்வு
		விளைவுகள் / ஆபத்துகள்				





## எண்களுடன் சூடிய இடர் மேட்ரிக்ஸ்

சாத்திப்பக்கட்டு	மிட்டத்தட்ட உறுதியாக 5	5	10	15	20	25
	வாய்ப்பாளர்து 4	4	8	12	16	20
	சாத்தியம் 3	3	6	9	12	15
	வாய்ப்பில்லை 2	2	4	6	8	10
	அரிதான 1	1	2	3	4	5
	எற்கத்-தக்கடி 1	குறைவு 2	நடுத்-நம் 3	அதிகம் 4	தீவிரம் 5	
விளைவுகள் / ஆபத்துகள்						
		வயலின்னை ஏற்படுத்தி விடுவது	மருத்துவமுறை ஏற்படுத்தி விடுவது	நோய் ஏற்படுத்தி விடுவது	நோய் ஏற்படுத்தி விடுவது	நோய் ஏற்படுத்தி விடுவது
		ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது

குறைந்த: 1 முதல் 4 வரை  
இடைப்பட்ட: 4 முதல் 10 வரை  
அதிகப்பட்ட: 10 முதல் 15 வரை  
முக்கியமானது: 16 முதல் 25 வரை



## அபாயத்தை மதிப்பிடுதல்

ஆபத்திலிருந்து வரும் அபாயத்தை கீழ்க்கண்டவற்றை மதிப்பிடுவதன் மூலம் தீர்மானிக்கலாம்:

- தீங்கு விளைவிக்கும் சாத்தியமான தீவிரம் / விளைவு (வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், "அது எவ்வளவு மோசமாக இருக்கும் விபத்து நடந்தால் ? ");
- தீங்கு ஏற்படுவதற்கான சாத்தியக்கூறுகள், மக்களின் எண்ணிக்கையையும் கணக்கில் எடுத்துக் கொள்ளுங்கள், ஆபத்தை வெளிப்படுத்துதல் (வேறு வார்த்தைகளில் கூறுவதானால், "இது ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு என்ன ? ").

இந்த இரண்டு கூறுகளும் சுயாதீனமாக தீர்மானிக்கப்பட வேண்டும்.

**ஆபத்து = விளைவுகளின் தீவிரம் x ஏற்படுவதற்கான வாய்ப்பு**

எனவே, 10 மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட ஆபத்து மதிப்பீடு (அதாவது "உயர்" அல்லது "முக்கியமானது") முதலில் கவனம் தேவை

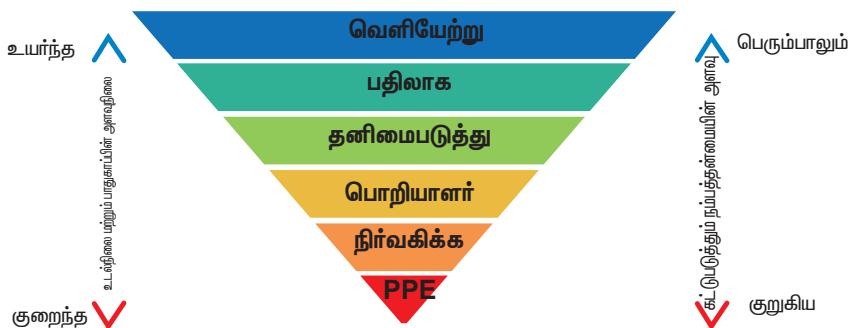
சாத்திப்பக்கட்டு	மிட்டத்தட்ட உறுதியாக 5	5	10	15	20	25
	வாய்ப்பாளர்து 4	4	8	12	16	20
	சாத்தியம் 3	3	6	9	12	15
	வாய்ப்பில்லை 2	2	4	6	8	10
	அரிதான 1	1	2	3	4	5
	எற்கத்-தக்கடி 1	குறைவு 2	நடுத்-நம் 3	அதிகம் 4	தீவிரம் 5	
விளைவுகள் / ஆபத்துகள்						
		வயலின்னை ஏற்படுத்தி விடுவது	மருத்துவமுறை ஏற்படுத்தி விடுவது	நோய் ஏற்படுத்தி விடுவது	நோய் ஏற்படுத்தி விடுவது	நோய் ஏற்படுத்தி விடுவது
		ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது	ஏற்படுத்தி விடுவது



### 3. சிக்கலை சரிசெய்யவும்

அபாயங்கள் அடையாளம் காணப்பட்டவுடன் – கட்டுப்படுத்தப்பட வேண்டும்

சாக்தியமான மற்றும் பயனுள்ள கட்டுப்பாடு நடவடிக்கைகளை தீர்மானிக்க கட்டுப்பாடுகளின் படிநிலை பயன்படுத்தப்படலாம். மிகவும் பயனுள்ள கட்டுப்பாடு நடவடிக்கைகளுடன் ஒவ்வொரு சூழ்நிலைக்கும் மிகவும் பொருத்தமானது முதலில் பட்டியலிடப்பட்டுள்ளது, அதைத் தொடர்ந்து மிதமான பயனுள்ள, இறுதியாக குறைந்த செயல்திறன் கொண்டவை என குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.



படம்: குயின்ஸ்லார்து பல்கலைக்கழகம். தொழில்சார் சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு இடர் முகாமைத்துவம்.  
<https://ppl.app.uq.edu.au/content/2.30.01-occupational-health-and-safety-risk-management>

### சிக்கலை சரிசெய்யவும்

நிர்வாக நடவடிக்கைகள்	கருத்து
நீக்குதல்	இது மூலத்தில் ஆபத்தை கட்டுப்படுத்துகிறது மற்றும் மிகவும் பயனுள்ள கட்டுப்பாடு ஆகும் ஆபத்தை நீக்குவதன் மூலம் அல்லது மாற்றுவதன் மூலம் ஆபத்தை அளவிடுதல் மற்றும் அகற்றுதல் வேலை செயல்முறைகள்
பதிலீடு	ஆபத்தை (எ.கா. தாவரம் அல்லது குறைந்த ஆபத்து பொருள்) வேறு ஒன்றைக் கொண்டு மாற்றுவும்
தனிமைப்படுத்துதல்	ஆபத்தின் மூலத்திலிருந்து மக்களை தனிமைப்படுத்தவும் அல்லது பிரிக்கவும் ஆபத்தை அகற்ற அல்லது குறைக்க கட்டுப்பாடு அல்லது மீன்பிடி உபகரணங்களின் இயற்பியல் பண்புகளை மாற்றுவும்
பொறியியல் மூலம் குறைத்தல் வழிவகை	அபாயத்தைக் கட்டுப்படுத்த கொள்கைகள், நடைமுறைகள், அடையாளங்கள் மற்றும் பயிற்சியைப் பயன்படுத்தவும்
உபகரணங்கள் வழங்குதல் (PPE)	தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு பணியாளரைப் பாதுகாக்க வடிவமைக்கப்பட்ட உபகரணங்கள் அல்லது ஆடைகளை பயன்படுத்தவும்

## **கட்டுப்பாட்டு நடவடிக்கைகளின் படிநிலை**

மிக உயர்ந்த அளவிலான கட்டுப்பாடு மூலத்தில் உள்ள ஆபத்தை கையாள்கிறது, இது நீக்குதல் மூலம் செய்யப்படுகிறது – ஆபத்தை முற்றிலுமாக நீக்குதல், அல்லது மாற்றோடு – அதை (ஒரு வேதிப்பொருள் போன்றவை) வேறு ஒன்றைக் கொண்டு மாற்றுதல், இது குறைந்த அளவை வழங்குகிறது

இரண்டாம் நிலை நடவடிக்கைகள் மூலத்திற்கும் தொழிலாளர்களுக்கும் இடையிலான ஆபத்தில் தலையிடுகின்றன ஒரு தொழிலாளி மற்றும் தனிமைப்படுத்துவதன் மூலம் செய்யப்படலாம் – ஆபத்திலிருந்து ஊழியர்களைப் பிரித்தல், அல்லது பொறியியல் – மீன்பிழி கப்ஸல், இயந்திரம் அல்லது அதன் பண்புகளை மாற்றுதல் குழுவினருக்கு ஏற்படும் ஆபத்தை குறைப்பதற்கான உபகரணங்கள்

இறுதி மற்றும் குறைந்த அளவிலான நடவடிக்கைகள் தொழிலாளர்கள் கட்டத்தில் செயல்படுத்தப்படுகின்றன அவை அடையாள அட்டைகள், பயிற்சி மற்றும் பாதுகாப்பு ஆடைகளைப் பயன்படுத்துதல் போன்றவை ஆபத்துகள் இன்னும் இருந்தபோதிலும் தொழிலாளர்களுக்கு அதிக விழிப்புணர்வு மற்றும் குறைந்த தொழிற் அபாயம் உள்ளவாறு குறைத்து அமைக்கப்படுகிறது.



## **4. சரிசெய்தலை மதிப்பீடு செய்யுங்கள்**

- இப்போது அபாயத்தின் அளவு கணக்கிடப்பட்டுள்ளது, தீங்கு விளைவிக்கும் அளவைப் பொறுத்து அபாயங்களுக்கு இது முன்னுரிமை அளிக்க பயன்படுத்தப்படலாம்
- மிக உயர்ந்த அளவிலான தீங்கு விளைவிக்கும் அபாயங்களை எப்போதும் கட்டுப்படுத்துங்கள்
- கட்டுப்பாடுகள் அமல்படுத்தப்பட்டவுடன் ஆபத்தை மறுமதிப்பீடு செய்தல் மற்றும் அது குறைந்துவிட்டதா என்பதைப் பார்க்க வேண்டும்
  - அது குறைக்கப்படவில்லை என்றால், மறுஆய்வு செய்து மேலும் கட்டுப்பாட்டை செயல்படுத்தவும் மேலும் நடவடிக்கைகள் எடுக்கப்பட வேண்டும்
- பின்வருவனவற்றை உறுதி செய்வதற்காக அபாயங்கள் மற்றும் அபாயங்கள் தொடர்ந்து மதிப்பாய்வு செய்யப்பட வேண்டும். இவற்றில் அமல்படுத்தப்பட்டுள்ள கட்டுப்பாடுகள் போதுமானவை





## உதாரணம்: கப்பல் மூழ்குதல்.....

ஆபத்து பதிவேடு எடுத்துக்காட்டுகள்

அபாயம்/ அபாய நிலை	சாந்தியமான விளைவு விளைவின் இழப்பு	அச்சு- ருத்தல்/ விளைவு	தற்போதைய கட்டுப்பாடு	தற்போதைய அபாயம்			திட்டமிட்டது கூடுதல் கட்டுப்பாடு	எஞ்சிய ஆபத்து			தற்கொலை கட்டுப்பாடுகள் / மீட்டபு நிட்டங்கள்
				L	C	R		L	C	R	
நிரில் கப்பல் செல்லும் போது	கப்பல் இழப்பு உயிரிழப்பு சாக்கு/நீண் இழப்பு வருமான இழப்பு கப்பிட்டு பிரிவையும் அநிகரித்தல்	குழாய் அமைப்பு பழுதடைதல்	3 வருடம் ஒரு முறை அனைத்தையும் சரி பார்க்கவும்	4	4	16	வருட பிரிவு சோ-தனை தினசரி கண்ணால் பார்த்தை சோலிப்பது	2	4	8	குழுவினர் அனைவரும் உயிர்வாழும் நிறைவேலி பயிர்ச்சி பெற வேண்டும்
	கூடு தோல்வி	3 வருடம் ஒரு முறை அனைத்தையும் சரி பார்க்கவும்	3	4	12	வருட பிரிவு சோ-தனை தினசரி கண்ணால் பார்த்தை சோலிப்பது	2	4	8	தினசரி அனைத்து மிதவை உயிர் கவன்கொண்டு, அழன் இருப்பிடம், சரியாக பொருத்துதல் ஆகியவற்றை சரிபார்க்க வேண்டும்.	
	சுத்தியிலக் கூடல்	கேப்டனின் அனுபவம்	3	4	8	வானிலை போதுமான கவனித்தல்	1	4	4	நிறுவனம் எப்பொழுதும் வாடை-ஊலிலின் தொடர்பை வைத்திருக்க வேண்டும்	
	தளத்தில் அதிகப்படியான நீர்	படகு நீர் கால்வயை சுத்தமாக வைத்தல்	3	4	12	பொறுப்பினை ஓப்படைக்கவும்	3	2	6		



ஆபத்து பதிவேடு: முக்கிய பரிசீலனைகள்

## ஆபத்து பதிவேடு: முக்கிய பரிசீலனைகள்

பின்வரும் வகைகளைப் பயன்படுத்தி ஆபத்துகளை நிர்வகிக்க முடியும்:

- பணிச் செயல்பாட்டைக் குறிப்பிடவும்
- ஆபத்து(களை) அடையாளம் காணவும்
- ஏற்படக்கூடிய தீங்குகளை உறுதிப்படுத்தவும்
- நடைமுறையில் உள்ள கட்டுப்பாட்டு நடவடிக்கைகளைக் குறிப்பிடவும்

செயல்பாட்டின் அளவின் அடிப்படையில் அதை எளிமையாக வைத்திருங்கள்



## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
பயணங்கள் மற்றும் வீழ்த்தல்.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• நிலையான, நிலையற்ற படகின் இயக்கம்.</li> <li>• நெரிசலான குழல்.</li> <li>• ஈரமான, வழக்கும் தள மேற்பாடு.</li> <li>• திறந்த அமைப்புகள்.</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• உடைந்த எலும்புகள்</li> <li>• விகாரங்கள் / சுருக்கு</li> <li>• வெட்டுக்கள் / சிதைவுகள்</li> <li>• வீக்கம்</li> <li>• இடப்பெயர்வுகள்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• படகுதளத்தில் வழிவாத மேற்பாட்பு (மணைலை வண்ணப்புச்சுடன் கலக்கவும். சறுக்காத பற்ஶிப்பி வண்ணப்புச்சுக்கள் அல்லது பிசின் அல்லாத படல அடுக்கமையப் பயன்படுத்தவும்.</li> <li>• படகு தளத்தை அடிக்கடி கழுவவும்.</li> <li>• வழுக்காத பாதனிகளை அணியவும்.</li> <li>• கொல்கள் அமைப்புகள் மூடப்பட்டு, தாழ்ப்பாள் போடப்பட்ட அல்லது கவசமாக இருப்பதை முடிந்தவரை உறுதி செய்யவும்.</li> <li>• கைப்பிடிடிடான் கூடிய சரியான ஏணிகளைப் பயன்படுத்தவும்.</li> <li>• பொருத்தமான கைப்பிடிக் கட்டைகள்.</li> </ul>





## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
உடல் நீதியான வேலை தேவை	<ul style="list-style-type: none"> <li>நீண்ட நேரம் நின்று, குறிந்து, வளைந்து, மீண்டும் மீண்டும் செய்யப்பட த்துடிய மற்றும் வலிலைமயான பணிகள்.</li> <li>இழுத்தல், கூழ்த்தல், ஏற்றுதல், இறக்குதல் அல்லது கனமான மற்றும் மோசமான சமைகள் கையாளுதல்</li> <li>இழுத்தல்/தூக்கும் கியர்</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>தலைக்கூட்டு பிரச்சனைகள்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>நீட்சியடையச்செய்தல்</li> <li>கைவழி கையாளுதல்</li> <li>தொழில் நுட்பப் பயிற்சி.</li> </ul>



## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
இயந்திரங்கள் மற்றும் உபகரணங்கள்	<ul style="list-style-type: none"> <li>இழுவை இயந்திரம், ஏற்றிகள்</li> <li>வெலை சிக்கல்</li> <li>மீண்டிட கொக்கிகள் மற்றும் எலும்புகள்</li> <li>விழுச்சி சமைகள்</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>உடைந்த எலும்புகள்</li> <li>இறப்பு</li> <li>வெட்டுக்கள் / சின்தவகள்</li> <li>விகாரங்கள் / சுருக்கு ஊனம்</li> <li>அயல் உறுப்புகள்</li> <li>எலும்பு முறிவு</li> <li>நகக்குதல்</li> <li>தொற்று</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு உபகரணங்களைப் (PPE) பயன்படுத்தவும்.</li> <li>பணிக்கான பணியாளர்களின் எண்ணிக்கை போதுமானது என்பதை உறுதிப்படுத்தவும்.</li> <li>குழுவின் பெயர் வரிசை பட்டியலின் மூலம் உறுப்பினர்களின் சோர்வைக் குறைக்கவும்.</li> </ul>





## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
வெளிச்சம் மற்றும் தெரிவுநிலை	<ul style="list-style-type: none"> <li>போதிய வெளிச்சமின்மை</li> <li>இராவு நேர பிள்ளித்தல்</li> <li>வரையறுக்கப்பட்ட அல்லது குறுகிய தெரிவுநிலை</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>எந்த காயமும் சாத்தியமாகும் மரணம்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>அனைத்து விளக்குகளும் கவனமாகவும் விவேகமாகவும் பொருத்தப்பட்டுள்ளன.</li> <li>மிகவும் ஆபத்தான இடங்களில் மிகவும் நன்றாக வெளிச்சம் கொண்டதாக இருக்க வேண்டும்.</li> <li>ஃப்ளோரசன்ட் விளக்குகளைப் பயன்படுத்தவும்.</li> <li>வெளிப்பற்ற தெரிவுநிலையில் தலையிடக் கூடாது.</li> </ul>



## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
இரசாயன அபாயங்கள்	<ul style="list-style-type: none"> <li>குளோரின்</li> <li>வெங்கு இரசாயன டிரம்கள்</li> <li>எரிபொருள் மற்றும் எண்ணெண்ப கொள்கலன்கள்</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>கன், முக்கு, நுழையிரல் மற்றும் தோல் ஏரிச்சல்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>தோல் நேரடியாக தொடர்பு கொண்டால் நன்கு கழுவவும்.</li> <li>தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு உபகரணங்களை (கையிழறகள்) அணியுங்கள்.</li> <li>பயணத்திற்கு முன் டிரம்களை நன்கு சுத்தம் செய்யவும்.</li> </ul>





## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
வாளிலை மற்றும் முன்னாறிலிப்பு	<ul style="list-style-type: none"> <li>பலமான காற்று</li> <li>புயல்கள்</li> <li>ழூபனி</li> <li>கணாமி</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>ஸ்ரீகுதல்</li> <li>கவிழ்த்தல்</li> <li>தனையிறக்கம்</li> <li>தொலைந்து போகிறது</li> <li>மோதல்கள்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>படகு நிலவையானது மற்றும் எடை சமமாக விநியோகிக்கப்படுவதை உறுதி செய்யவும்.</li> <li>மாற்று சக்தி மூலத்தை (குபுபுகள்) எடுத்துச் செல்லும்கள்.</li> <li>ஜிபிளஸ்/நேவிகேஷன் மற்றும் ரேடார் பிரதிபலிப்பானை நிறுவுதல்</li> <li>பயணம் செய்யும் முன் மீட்பு உபகரணங்களை உறுதி செய்யவும் (குட்ரெரி போன்றவை).</li> </ul>



## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
ககாதாரம் / ஆரோக்கியம்	<ul style="list-style-type: none"> <li>பற்றாக்குறை:           <ul style="list-style-type: none"> <li>- சுத்தமான குடிநீர்</li> <li>- கழிப்பறைகள்</li> <li>- சுத்தமான ஆடைகள்</li> </ul> </li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>வொல்ஸ் மற்றும் பாக்ஸீயா மூலம் எனிதில் பாவும் நோய்கள் பாவும்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>கப்பலில் நடைமுறையில் இருக்கும் ஆளாவத்துக் குத்தமான தண்ணீரை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.</li> <li>கிருமி சுத்திகரிப்பான் பயன்படுத்தவும்.</li> <li>சுத்தமாக பாராயிக்கவும் (கப்பலை சுத்தமாக வைத்திருங்கள்).</li> </ul>





## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
அழுத்தம்	<ul style="list-style-type: none"> <li>தனிமை (குடும்பத்தை விட்டு விலகிகிருப்பது)</li> <li>நோச்சுமை</li> <li>அதிக வேலை நாட்கள் சோர்வு</li> <li>அதிக வெப்பம் தகுதி குறைந்த கீழ் பணிபிறியும் பணியாளர்கள்</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>உணர்வு ரீதியான முறைகேடு, தொல்லை, கொடுமைடத்துதல்</li> <li>கவலை</li> <li>சீர்குலைக்கும் சிந்தனைகள் மற்றும் நடத்தை</li> <li>நேலை பாதுகாப்பின்மை</li> <li>தனிமை</li> <li>குறுகிய மணபாண்மை</li> <li>கரையில் விடுப்பு இல்லாதது</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>நன்கு பயிற்சி பெற்ற குழு மற்றும் கேப்டம்</li> <li>கப்பலில் சூரிய நிழல் குடை</li> <li>இறங்குவதற்கு சிறந்த தயாரிப்பு நேரம்</li> </ul>



## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு உபகரணங்கள் (PPE) மற்றும் வேலை செய்யும் ஆண்களைப் பயன்படுத்தாமல் இருப்பது	<ul style="list-style-type: none"> <li>வழுக்கும் தளங்கள்</li> <li>வலைப்பிள்ளை</li> <li>இழுவை இயந்திர வேலை</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>கையுறை நீக்கம்</li> <li>வீக்கம்</li> <li>வெட்டுக்கள்/வெட்டுகள்</li> <li>தொற்று</li> <li>உடன்த எலும்புகள்</li> <li>நகக்குதல்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>வலைப் படகில் வேலை செய்ய வேலை செய்யும் ஆடைகள் வழங்கப்பட வேண்டும்.</li> <li>சறுக்கிவிடாத காணிகள்</li> <li>பாதுகாப்பு கையுறைகள்</li> </ul>





## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
மது மற்றும் மருந்துகள்	<ul style="list-style-type: none"> <li>நல்ல முடிவெடுக்கும் தீர்வெனப் பாதிக்கிறது</li> <li>இருங்கிணைப்பு, இயந்திர கட்டுப்பாடு, வெளிவு மற்றும் விழிப்புணர்வு பாதிக்கப்படுகிறது</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>நீரிழப்பு</li> <li>மரணம்</li> <li>எதேனும் காயம் ஏற்படலாம்</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>மது மற்றும் போதைப் பொருட்களைப் பயன்படுத்துவதைத் தடை செய்வது அல்லது கட்டுப்பெடுத்துவது பற்றி பரிசீலிக்கவும்</li> </ul>



## ஆபத்து பதிவேடு

செயல்பாடு	ஆபத்து	தீங்கு	கட்டுப்பாடுகள்
நீண்ட தொடர்ச்சியான வேலை நேரம் / சோர்வு	<ul style="list-style-type: none"> <li>சோர்வு</li> <li>விழிப்புணர்வு இல்லாமை</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>சோர்வு</li> <li>விழிப்புணர்வு இல்லாமை</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>தொழிலாளர்கள் நன்றாக ஒம்பெடுப்பதை உறுதி செய்யவும்.</li> <li>இரவில் 7-8 மணி நேரம் தூங்க வேண்டும்</li> <li>தனிநபர்கள் தங்கள் சொந்த விழிப்புணர்வின் மோசமான தீர்வாளர்கள். முற்ற குழு உறுப்பினர்களை உறவுக்கும் முறைகளை மதிப்பிடவும், விழிப்புஞிலையை தீர்மானிக்கவும்.</li> </ul>





## கப்பலில் சுத்தம் செய்தல்

- பயண அபாயங்கள் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள்:
- அனைத்து சுருட்டி வைக்கபாத கயிறுகளையும் சுருட்டி தூரமாக வைக்க வேண்டும்
- அனைத்து உபகரணங்கள் / உபகரணங்கள் சுற்றிலும் உள்ளன
- ஒரு போல்ட், கம்பி கட்டர் அல்லது கத்தியை படகில் வைத்திருங்கள் சிக்கலான அல்லது வெட்டப்பட வேண்டிய தூண்டில் அல்லது வலைகளை வெட்டி தள்ளி வைக்கப்பட வேண்டும்
- நீளமான கூந்தலை மீண்டும் கட்டி, நகைகளை அகற்றவும் அது பிடிப்பாலாம். தளர்வான ஆடை பொருத்துதல் குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள்
- தேவைக்கேற்ப மிதவை உயிர்கவசங்களை அணியுங்கள்



## கனமான சுமைகளை எடுத்துச் செல்லுதல் / கையாளுதல்

நபர்களால் கையாளுதல்:

- அனைத்து ஊழியர்களும் பாதுகாப்பான தூக்கும் நூட்பங்களை அறிந்திருக்க வேண்டும்
  - உட்கார்ந்து பொருட்களை எடுக்கவும். உங்கள் முதுகுளை பயன்படுத்தி செய்யாகிர்கள்
  - எடையை உங்கள் உடலுக்கு நெருக்கமாக வைத்திருங்கள்
  - உங்கள் கால்களை முறுக்க வேண்டாம்
  - வாய்ப்புகளை எடுக்க வேண்டாம் – உதவியைப் பெறுங்கள்
- பயணத்தின் போது உங்கள் நிலையை தவறாமல் மாற்றவும் நிற்கும்போது முடிந்தவரை கற்றிச் செல்லுங்கள்
- ஒவ்வொரு 2-3 மணி நேரத்திற்கும் ஒரு சிறிய இடைவெளி எடுக்கவும்



## களைப்பு

சோர்வை நிர்வகிக்க சில பரிந்துரைகள்:

- அனைவருக்கும் குறைந்தபட்சம் 6 மணி நேரம் தொடர்ச்சியான தூக்கும் இருப்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்
- பணியாளர்கள் முடிந்தவரை சிறிய தூக்கங்களை எடுக்க வேண்டும்
- ஒரு நபர் சோர்வைதொத்திருப்பு முன்பு மேலே உள்ளவை சிறப்பாக செயல்படுகின்றன
- ஓய்வுக் காலங்கள் வேலை இல்லாத காலங்கள் என வரையறுக்கப்படுகின்றன. அதாவது வளைகளை பழுது பார்ப்பது போன்றவை ஓய்வு என்று கருதப்படுவதில்லை.
- சோர்வின் அறிகுறிகள்: மெதுவான சிந்தனை, குறைந்த விழிப்புணர்வு மற்றும் பணிகளைச் செய்யும் திறன், மறதி, சோம்பல், மெதுவாக முடிவெடுப்பது



நினைவில் கொள்ளுங்கள்: தீர்வு கப்பல், அதன் செயல்பாடுகள் மற்றும் வேலை செய்யும் ஊழியர்களுக்கு பொருந்த வேண்டும்.



## அழுத்தம்

அழுத்தத்தை எந்த வகையான மாற்றமாகவும் வரையறுக்கலாம் இது உடல், உணர்ச்சி அல்லது உளவியல் ரீதியானது

அறிகுறிகள்: பதட்டம், மனச்சோர்வு நிலைகள், மோசமான தூக்க முறைகள், தலைவலி

இது கடுமையான உடல்நலப் பிரச்சினைகளுக்கு வழிவகுக்கும்.

மக்கள் மன அழுத்தத்தின் போது வித்யாசமாக செயல்படுகிறார்கள் நீங்கள் சோர்வாக உள்ளபோது கவனமாக இருங்கள்



## முதலுதவி

கடலில் காயம் மற்றும் நோய்க்கான சில ஆபத்து எப்போதும் இருக்கும்:

- முதலுதவி நடைமுறைகள் பற்றிய அறிவு குழுவினருக்கு இருப்பதை உறுதி செய்தல்
- அனைத்து ஊழியர்களும் திடீர் நோயின் அறிகுறிகளை அடையாளம் காண வேண்டும்
- ஒரு முதலுதவி பெட்டியை எல்லா நேரங்களிலும் கப்பலில் எடுத்துச் செல்லுங்கள் மற்றும் அதன் இருப்பிடத்தை ஊழியர்கள் அறிந்து கொள்வதை உறுதி செய்யுங்கள்
- புறப்படுவதற்கு முன் முதலுதவி பெட்டியை சரிபார்த்து, தேவைக்கேற்ப மீண்டும் சேமித்து வைக்கவும்
- எவ்வாறு செயல்படுவது மற்றும் சரியான செயல்முறையைப் பின்பற்றுவது என்பதை அறிவது ஒரு உயிரைக் காப்பாற்றலாம் மற்றும் தீவ்வைக்க குறைக்கலாம்



## மது மற்றும் போதைப்பொருள் பயன்பாடு

- பரிந்துரைக்கப்பட்ட மருந்துகளைத் தவிர வேறு எந்த பொருளும் கப்பலில் இருக்கக்கூடாது
- நீங்கள் வாரத்திற்கு 35 யூனிட்களுக்கு மேல் மது குடித்தால் (தோராயமாக 14–18 பீர்) நீங்கள் பின்வருவனவற்றால் பாதிக்கப்படலாம்:
  - சோர்வு
  - மனச்சோர்வு
  - மனநிலை மாற்றங்கள்
  - எடை அதிகரிப்பு
  - நினைவாற்றல் இழப்பு
  - தூக்க பிரச்சினைகள்
  - பாலியல் பிரச்சினைகள்

நீங்கள் குடிபோதையில் இருந்தால், போதை மருந்து உட்கொண்டால் அல்லது கடலில் மயங்கினால் உங்களுக்கு ஆபத்து



## படகுதளத்தில் வேலை

- அனைத்து பணியாளர்களும் பொருத்தமான ஆடைகளை அணிவதை உறுதி செய்தல் மற்றும் மிதக்கும் சாதனங்கள் வெளிப்படையான கோளாறு புளிகள் இல்லாமல் இருக்க வேண்டும்
- நகைகளை அகற்றவும் அல்லது மறைக்கவும் மற்றும் நீண்ட தலைமுடியைக் கட்டவும்
- தள பகுதிகளை சுத்தமாகவும் நேர்த்தியாகவும் வைத்திருங்கள்
- தூண்டில் அல்லது வலை தளத்தை குழப்பவோ அல்லது தொங்க விடவோ அனுமதிக்க வேண்டாம் ஒரு பக்கம்
- உந்து சுழலியை அவர்கள் தவறாகப் பயன்படுத்தக்கூடலாம்
- குறிப்பிட்ட கால இடைவெளியில் குப்பைகளை அகற்றுதல்
- பயன்பாட்டில் இல்லாத தூண்டில்கள் சரியாக சுருட்டப்பட்டு பாதுகாக்கப்பட்டுள்ளதா என்பதை உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்
- அனைத்து வலை மற்றும் பொருத்துதல்களையும் தவறாமல் சரிபார்க்கவும்



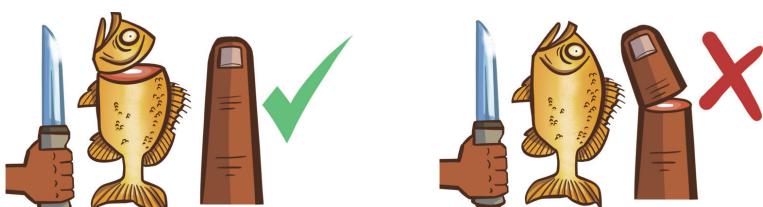
## மீன்களுடன் வேலை

- மீன்களை சரியாகவும் கவனமாகவும் கையாளுங்கள்!
- பற்கள் அல்லது சூர்யமொன் எலும்புகளிலிருந்து காயங்களைத் தவிர்க்கவும் -குறிப்பாக வெட்டும்போது, கழுவும் போது மற்றும் திணித்தலின் போதும்
- அனைத்து காயங்களுக்கும் விரைவாக சிகிச்சையளிக்கவும்
- சறுக்கல் அபாயத்தை அகற்ற படகு தளத்தை தவறாமல் சுத்தம் செய்யுங்கள்
- மீனை ஏறியும்போதும், கையாளும்போதும் நல்ல தோரணையை கடைபிடிக்கவும்
- மீன்களை பிடித்து கொண்டுவரும்போது நிலைப்பு த்தன்மை குறித்து எச்சரிக்கையாக இருங்கள்
- மீன்கள் படகு தளத்தில் ஏற்றப்பட்டிருந்தால், உறுதிப்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்



## கத்திகளுடன் வேலை செய்தல்

- பயன்பாட்டில் இல்லாதபோது தனித்தனியாக சுத்தம் செய்து பாதுகாப்பான இடத்தில் (பாதுகாப்பான அடுக்கிகள் அல்லது உறைகள்) சேமிக்கவும்
- கத்திகளின் கைப்பிடிகள் பாதுகாப்பாக சரிசெய்யப்பட வேண்டும் மற்றும் முடிந்தவரை சுத்தமாக வைத்திருக்கப்பட வேண்டும்
- வெட்டும் விரிமிபுகள் சுத்தமாகவும் சூர்யமொயாகவும் இருக்க வேண்டும்
- கத்தி பிளோடை விரல்களில் இருந்து விலக்கி வைக்கவும்
- கீழே விழும் கத்தியை கீழே விழ விட வேண்டும், பிடிக்கக் கூடாது
- கத்தியை கையில் வைத்திருக்கும் போது குமைகளை சுமக்க வேண்டாம்
- நல்ல இயக்கத்தை அனுமதிக்கும் நெருக்கமான கையுறைகளை அணியுங்கள்



## இரசாயனங்களுடன் வேலை

- லெபிள்கள், பயனர் வழிகாட்டி மற்றும் தயாரிப்பு ஆகியவற்றை எப்போதும் படிக்கவும் மற்றும் பொருத்தமான வழிமுறைகளைப் பின்பற்றவும்
- தேவையான தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு உபகரணங்களைப் பயன்படுத்தவும்
- விபத்து ஏற்பட்டால், மருத்துவ ஊழியர்களுக்கு பயன்படுத்தப்படும் இரசாயனங்களின்விவரங்களை வழங்கவும்
- முடிவு உங்களுக்குத் தெரியாவிட்டால் ரசாயனங்களை கலக்க வேண்டாம்
- வேலை முடிந்ததும் கைகளை கழுவ வேண்டும்
- இந்த பொருட்களுடன் பணிபுரியும் போது சாப்பிடவோ அல்லது புகைபிடிக்கவோ வேண்டாம்
- போதுமான காற்றோட்டத்தை உறுதி செய்ய வேண்டும்
- பாதுகாப்பாகவும் சரியாகவும் சேமிக்கவும்



## கப்பலின் பொதுவான நிலை

நன்கு பராமரிக்கப்படும் கப்பல் ஒரு பாதுகாப்பான கப்பல்

கடலுக்குச் செல்வதற்கு முன் பின்வருவனவற்றைச் சரிபார்க்கவும்:

- படகு கூட்டின் பொதுவான நிலை
- எதேனும் கட்டமைப்பு சேதத்தை சரிபார்க்கவும்
- கசிவின் அறிகுறிகளை சரிபார்க்கவும்
- எஞ்சின் சோதனைகளைச் செய்யுங்கள்
- குழு படகின் அனைத்து பகுதிகளையும் பாதுகாப்பாக அனுக முடியுமா என்பதை சரிபார்க்கவும்
- வேலை செய்ய படகு தளத்தில் போதுமான இடம் உள்ளதா என்பதை சரிபார்க்கவும்



## **தனிநபர் பாதுகாப்பு உபகரணங்கள் (பிபிஇ)**

பிபிஇ மற்றும் பிற பாதுகாப்பு உபகரணங்களைக் கருத்தில் கொள்ளும்போது, பின்வருபவை கருத்தில் கொள்ள வேண்டும்:

- பணியாளர்களுக்கு பாதுகாப்பான பாதுகாப்பு கவசம் பொருத்துதல் மற்றும் பயன்படுத்துதல் குறித்து முறையாக பயிற்சி அளிக்கப்பட வேண்டும்
- அனைத்து பாதுகாப்பு உடைகளும் தனிப்பட்ட முறையில் பொருத்தப்பட்டு வழங்கப்பட வேண்டும்
- அனைத்து பாதுகாப்பு உடைகள் மற்றும் உபகரணங்கள் பொருந்தக்கூடிய சட்ட தரநிலைகள் பூர்த்தி செய்யப்பட வேண்டும் மற்றும் பயன்படுத்தப்பட வேண்டும்
- தொலைந்த அல்லது சேதமடைந்த பிபிஇ அல்லது உபகரணங்கள் உடனடியாக மாற்றப்பட வேண்டும்
- பணியாளர்கள் முடிந்தவரை தங்கள் சொந்த பாதுகாப்பில் ஆடை அல்லது உபகரணங்களை சுத்தம் செய்து பராமரிக்க வேண்டும்
- பாதுகாப்பு உடைகள் அல்லது உபகரணங்களின் பயன்பாடு பின்வருவனவற்றின் ஒரு பகுதியாக இருக்க வேண்டும்



## **முடிவு**

நினைவில் கொள்ளுங்கள்:

- ஒரு சிறிய ஆளவிலான செயல்பாட்டிற்கு SRM ஐப் பயன்படுத்த முடியும் – அதை எளிமையாக வைத்திருங்கள் மற்றும் நடைமுறைப்படுத்தத்தக்கவாறு வைத்திருக்க வேண்டும்
- எதிர்வரும் ஆபத்தை உணர்ந்து அதற்கேற்ப செயல்படுங்கள்
- ரிஸ்க் எடுக்கும் நடத்தையைத் தவிர்க்கவும் மற்றும் தீங்கு விளைவிக்கும் திறனைக் குறைக்கவும்
- பாதுகாப்பு கலாச்சாரத்தை ஊக்குவிப்பதில் எஸ்.ஆர்.எம் ஒரு முக்கிய பகுதியாகும்

**குழு கேள்வி பதில் அமர்வு**

