कृषि में मौसमी गतिविधियों के जोखिम को मूल्यांकन करने के लिए सहायक उपकरण

DICEMBRE 2021

A cura del Gruppo di lavoro di nomina ministeriale.

Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali
Ministero della Salute
Ministero dello politiche agricole, alimentari e forestali
INAIL
Gruppo di Lavoro del Piano Nazionale di Prevenzione Agricoltura

जैतून की तुड़ाई

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

मैन्युअल/सहायक तुड़ाई

- जाल फैलाना (यह चरण जरुरी नहीं है)
- कंटेनर को संभालना

- जैतून की **मैन्युअल तुड़ाई** के तरीके:
  - हाथ से तोडना: जैतून को शाखा से हाथ से तोड़ा जाता है और फिर टोकरी में डाल दिया जाता है या नीचे जाल पर गिरा दिया जाता है;
  - कॉम्बिंग: यह कार्य "कॉम्ब" (रेक के समान) नामक विशिष्ट उपकरण का प्रयोग करके शाखाओं से जैतून को अलग करने के लिए प्रयोग किया जाता है जिससे वे जाल पर गिर जाते हैं;
  - विस्पंदन: जैतून को गिराने के लिए लंबे पोल से शाखाओं को पीटा या हिलाया जाता है;
  - संग्रह: जमीन पर फैले जैतून को हाथ से जमा कर लिया जाता है।
- **यांत्रिक सहायता** से जैतून की तुड़ाई के तरीके:
  - अब्बाछ्यातुरा: शीर्ष पर झूलते या घूर्णन कंघी के साथ विशिष्ट ध्रुवों का उपयोग, ध्रुव या तो ऑपरेटर द्वारा हाथ से पकड़े जाते हैं या ट्रैक्टर या अन्य स्व-चालित मशीन से जोड़े जाते हैं। शाखाओं पर इस तरह के "कॉम्ब" के प्रत्यक्ष प्रभाव से जैतून को तोड़ लिया जाता है;
  - हिलाकर: पोर्टेबल, स्व-चालित या ट्रैक्टर से जुड़े मशीनरी का उपयोग जो कंपन द्वारा शाखाओं में कंपन गतिविधि पैदा करके जैतून को नीचे गिरा देता है। मशीन को एक "उल्टी छतरी" से सुसज्जित किया जा सकता है;
  - रेकिंग: ब्रश का उपयोग करके जमीन से जैतून को इकट्ठा करने वाली यंत्र का प्रयोग।

तोड़े हुए जैतून का वितरण

- ट्रेलर पर कंटेनर लोड करके और एक ट्रैक्टर के माध्यम से उन्हें पहुंचाकर।

जाल फैलाना

पोर्टेबल तुड़ाई मशीन के द्वारा सहायक तुड़ाई

कार्य सम्बंधित उपकरण

- बिजली के झुलनशील कॉम्ब
- कंटेनर (बक्सा, बाल्टी, टोकरी, आदि)
- कॉम्ब्स
- ट्रेलर
- सीढ़ी
- शाखा हिलाने वाला यंत्र
- ब्रश रेक
- जाल
- ट्रैक्टर

ट्रैक्टर से जुड़ी स्विंगिंग पावर कंघी

<table>
<tr><th>खतरा</th><th>जोखिम</th><th colspan="3">रोकथाम और बचाव के उपाय (1)</th></tr>
<tr><td>खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन</td><td>स्लिप या ट्रिप का खतरा</td><td colspan="3">O/P: सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो।</td></tr>
<tr><td>खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन</td><td>पौधों के साथ संपर्क</td><td colspan="3">PPE: हाथ से तोड़ते समय और मैन्युअल कॉम्ब्स करते हुए गॉगल (चश्मा) पहनें।</td></tr>
<tr><td>प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ।</td><td>गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क</td><td colspan="3">O/P 1: सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)।
O/P 2: मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।</td></tr>
<tr><td rowspan="7">भौतिक एजेंट</td><td rowspan="7">कटाई मशीनों का उपयोग करते समय शोर के संपर्क में आना</td><td colspan="3">T: निम्न स्तरीय शोर वाली मशीन चुनना।
O/P: यदि संभव हो तो शोर के स्रोतों को (कंप्रेसर, जनरेटर इत्यादि) कार्य क्षेत्र से दूर विस्थापित करें।
F/I: समर्थन उपकरण के अनुसार प्रशिक्षण और जानकारी जिसे "शोर जोखिम प्रशिक्षण और जानकारी" कहा जाता है।</td></tr>
<tr><td colspan="2">मशीन के प्रकार</td><td>इससे रोकथाम और बचाव के उपाय (1)</td></tr>
<tr><td>बैटरी चालित पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब।</td><td> </td><td>अनुपलब्ध</td></tr>
<tr><td>पेट्रोल-इंजन-संचालित पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब</td><td> </td><td rowspan="4">PPE: श्रवण सुरक्षा यंत्र का प्रयोग और साथ-साथ इसे इस्तेमाल करने हेतु प्रशिक्षण की गारंटी।
SS: चिकित्सा निगरानी।</td></tr>
<tr><td>पावर जनरेटर के साथ पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब।</td><td> </td></tr>
<tr><td>हवा से चलने वाला पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब जिसे एक कंप्रेसर से जोड़ा जाता है और कंप्रेसर को एक पेट्रोल इंजन द्वारा संचालित किया जाता है</td><td> </td></tr>
<tr><td>हवा से चलने वाला पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब जिसे एक कंप्रेसर से जोड़ा जाता है और कंप्रेसर को एक ट्रेक्टर द्वारा संचालित किया जाता है</td><td> </td></tr>
</table>

<table>
<tr><th>खतरा</th><th>जोखिम</th><th colspan="3">रोकथाम और बचाव के उपाय (1)</th></tr>
<tr><td rowspan="5">भौतिक एजेंट</td><td rowspan="5">कटाई मशीनों का उपयोग करते समय शोर के संपर्क में आना</td><td colspan="2">मशीन के प्रकार</td><td>इससे रोकथाम और बचाव के उपाय (1)</td></tr>
<tr><td>ट्रैक्टर या अन्य स्व-चालित मशीन से जुड़ी हुई झुलनशील पावर कॉम्ब</td><td> </td><td rowspan="4">PPE:श्रवण सुरक्षा यंत्र का प्रयोग और साथ-साथ इसे इस्तेमाल करने हेतु प्रशिक्षण की गारंटी।
SS: चिकित्सा निगरानी।</td></tr>
<tr><td>पेट्रोल-इंजन-संचालित पोर्टेबल ब्रांच शैकर्स (शाखाएं हिलाना)</td><td> </td></tr>
<tr><td>ट्रैक्टर या अन्य स्व-चालित मशीन से जुड़े हुए ब्रांच शैकर्स</td><td> </td></tr>
<tr><td>ब्रश रेक</td><td> </td></tr>
<tr><td rowspan="4">भौतिक एजेंट</td><td rowspan="4">हार्वेस्टर का इस्तेमाल करते समय हाथ/बांह या पूरे शरीर का कंपन से संपर्क</td><td colspan="3">T 1: ट्रैक्टर या स्व-चालित मशीनों का उपयोग करना जिनकी सीट प्रभावी रूप से कंपन को कम कर देती है।
O/P: ऑपरेटर की ऊंचाई और वजन के अनुसार जहां तक संभव हो सीट समायोजन उपकरण को व्यवस्थित करें।
T 2: निम्न-स्तरीय-कंपन मशीन चुनना।
T 3: पोर्टेबल मशीनों का प्रयोग करते समय लीवर आर्म को छोटा करें।
F/I: समर्थन उपकरण के अनुसार प्रशिक्षण और "कंपन जोखिम प्रशिक्षण और जानकारी"।</td></tr>
<tr><td colspan="2">मशीन के प्रकार</td><td>इससे रोकथाम और बचाव के उपाय (1)</td></tr>
<tr><td>बैटरी चालित पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब।</td><td> </td><td rowspan="2">PPE: एंटी वाइब्रेशन दस्ताने (INAIL या क्षेत्र के डेटाबेस में उपलब्ध जानकारी, या मशीनों के निर्माताओं द्वारा प्रदान की गई जानकारी को ध्यान में रखते हुए)।
SS: चिकित्सा निगरानी।</td></tr>
<tr><td>पेट्रोल-इंजन-संचालित पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब</td><td> </td></tr>
</table>

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)		
		मशीन के प्रकार		**इससे रोकथाम और बचाव के उपाय (1)**
भौतिक एजेंट	**हार्वेस्टर का इस्तेमाल करते समय हाथ/बांह या पूरे शरीर का कंपन से संपर्क**	पावर जनरेटर के साथ पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब।		**PPE:**एंटी वाइब्रेशन दस्ताने (INAIL या क्षेत्र के डेटाबेस में उपलब्ध जानकारी, या मशीनों के निर्माताओं द्वारा प्रदान की गई जानकारी को ध्यान में रखते हुए)। **SS:** चिकित्सा निगरानी।
		हवा से चलने वाला पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब जिसे एक कंप्रेसर से जोड़ा जाता है और कंप्रेसर को एक पेट्रोल इंजन द्वारा संचालित किया जाता है		
		हवा से चलने वाला पोर्टेबल झुलनशील कॉम्ब जिसे एक कंप्रेसर से जोड़ा जाता है और कंप्रेसर को एक ट्रैक्टर द्वारा संचालित किया जाता है		
		पेट्रोल-इंजन-संचालित पोर्टेबल ब्रांच शैकर्स (शाखाएं हिलाना)		
		ट्रैक्टर या अन्य स्व-चालित मशीन से जुड़ी हुई झुलनशील पावर कॉम्ब		**SS:** चिकित्सा निगरानी।
		ट्रैक्टर या अन्य स्व-चालित मशीन से जुड़े हुए ब्रांच शैकर्स		
		ब्रश रेक		

खतरा	**जोखिम**	**रोकथाम और बचाव के उपाय (1)**
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें। 21 सितंबर, 1996 के बाद विपणन या कमीशन की गई अन्य मशीनों से संबंधित सुरक्षा के लिए, उनके CE घोषणा पत्र पर सहमति, CE की मुहर और उपयोगकर्ता पुस्तिका देखें। 21 सितंबर, 1996 से पहले विपणन की गई मशीनों के लिए, नियोक्ता अनुलग्नक V से D.Lgs 81/2008 और बाद के संशोधनों और परिवर्धन के तहत सुरक्षा आवश्यकताओं का अनुपालन सुनिश्चित करेगा और उपयोग के लिए निर्देश प्रदान करेगा।
सीढ़ी का उपयोग	**ऊँचाई से गिरना**	सीढ़ी से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**पोर्टेबल सीढ़ी**" टूल देखें।
बिजली लाइनों के निकट काम	**बिजली से मौत**	**O/P:** इस्तेमाल किये जा रहे मशीन और स्वचालित बिजली लाइनों के बीच सुरक्षा दूरी का पालन करें (1 केवी तक वोल्टेज के लिए 3 मीटर, 1 केवी से 30 केवी तक वोल्टेज के लिए 3.5 मीटर, 30 केवी से 132 केवी तक के वोल्टेज के लिए 5 मीटर और 132 केवी से अधिक वोल्टेज के लिए 7 मीटर)।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:** कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2:** लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T 1:** एर्गोनोमिक ग्रिप के साथ हल्के वजन वाले कंघों का उपयोग करना। **T 2:** आसानी से उठाये जाने वाले कंटेनरों का प्रयोग करें (बक्से, बाल्टी, टोकरी, आदि) **O/P 1:** पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:** लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:** बक्सों की मैन्युअल ढुलाई की दूरी को कम करना। **O/P 4:** उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 5:** विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I/A:** सहायता टूल "माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर **जानकारी, प्रशिक्षण, और समावेशन**" के आधार पर प्रशिक्षण, जानकारी और समावेशन। **SS:** चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:** फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1:** एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2:** प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1:** जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2:** राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), F/I/A (प्रशिक्षण/जानकारी/समावेशन), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

वाइन अंगूर को पौधों से हाथ से तोड़ना (हार्वेस्ट)

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **अंगूर की तुड़ाई।**
  गुच्छों को कैंची की मदद से काटा जाता है और कंटेनर (बक्से, बाल्टी, टोकरी) में डाल दिया जाता है, फिर उन्हें पंक्ति में कुछ मीटर आगे खिंचा जाता है ताकि अगले अंगूर को काटा जा सके।
- **तोड़े हुए अंगूर का वितरण।**
  भर जाने पर, कंटेनरों को एक ट्रेलर पर लोड किया जाता है या सीधे हॉपर- या बॉक्स-ट्रेलर में खाली कर दिया जाता है और ट्रैक्टरों में ले जाया जाता है।

वाइन अंगूर की तुड़ाई

कार्य सम्बंधित उपकरण

- बक्से, बाल्टी, टोकरी
- बॉक्स-ट्रेलर या हॉपर-ट्रेलर
- कैंची
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

बॉक्स

कैंची

बाल्टी

खतरा	**जोखिम**	**रोकथाम और बचाव के उपाय (1)**
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**कैंची से हुआ घाव**	**T:** कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/बाल्टी/टोकरी सँभालने या ऑपरेटर को एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित रखा जा सके। **O/P:** काटने के दौरान सुरक्षा के लिए परिचालन निर्देश। **PPE**: काट प्रतिरोधी दस्ताने
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांज़िट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T 1:** एर्गोनोमिक कैंची का उपयोग करें, जिसमें हैंडल का एक अच्छा आकार हो जिससे उंगलियों पर दबाव को कम किया जा सके। **T 2:** आसानी से उठाये जाने वाले कंटेनरों का प्रयोग करें (बक्से, बाल्टी, टोकरी, आदि)। **O/P 1**: पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:**बक्सों की मैन्युअल ढुलाई की दूरी को कम करना। **O/P 4**: उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 5**: विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I**: सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS**: चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

टेबल अंगूर की कटाई

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **अंगूर की तुड़ाई।**
  गुच्छे को कैंची से काटने के बाद बक्से में डाल दिए जाते हैं। भरे जाने वाले बक्से को सामान्यतः टेबल पर रखा जाता है जिन्हें समय-समय पर उठा कर पंक्ति में एक नई बेल की ओर ले जाया जाता है। टेबल की जगह एक छोटा ठेला (Wheelbarrows) का भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

- **तोड़े हुए अंगूर का वितरण।**
  भर जाने पर, बक्से को पंक्ति के बगल में रख दिया जाता है और फिर एक ट्रेलर पर लोड कर दिया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

टेबल अंगूर की कटाई

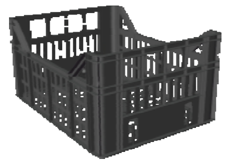
अंगूर को बक्से में रखना

बक्से को संभालना

कार्य सम्बंधित उपकरण

- टेबल
- एक छोटा ठेला (Wheelbarrows)
- बक्सा
- कैंची
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

टेबल



बक्सा

कैंची

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P**: सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**कैंची से हुआ घाव**	**T:** कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **O/P:**काटने के दौरान सुरक्षा के लिए परिचालन निर्देश। **PPE**: काट प्रतिरोधी दस्ताने।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T 1**: एर्गोनोमिक कैंची का उपयोग करें, जिसमें हैंडल का एक अच्छा आकार हो जिससे उंगलियों पर दबाव को कम किया जा सके। **T 2:** आसानी से उठने वाले टोकरी या बक्सों का प्रयोग करें **O/P 1:**पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:**बक्सों की मैन्युअल ढुलाई की दूरी को कम करना। **O/P 4:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 5:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I**: सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS**: चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

संतरा, क्लेमेंटाइन, टैन्जरीन (संतरे का एक प्रकार) और निम्बू का मैन्युअल हार्वेस्ट

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **मैनुअल हार्वेस्टिंग**
  सौंफ या तो ज़मीन पर खड़े हो कर या पोर्टेबल सीढ़ी पर चढ़ कर, हाथ या कैंची से पिंडली को अलग किया जाता है या जमीन पर लगे जाल पर गिरे फलों को इकट्ठा कर लिया जाता है।
- **तोड़े हुए जैतून का वितरण**
  फलों को छोटे कंटेनरों (टोकरी, बाल्टी, आदि) में रखा जाता है और फिर एक ट्रेलर पर लोड कर दिया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

जमीन पर खड़े होकर फल उठाना

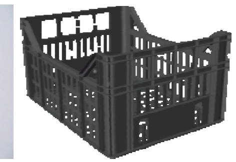
जमीन से फल इकट्ठा करना

बक्से को संभालना

कार्य सम्बंधित उपकरण

- बक्सा
- छोटे कंटेनर (जैसे टोकरी, बाल्टी, आदि)
- कैंची
- ट्रेलर
- पोर्टेबल सीढ़ी
- ट्रैक्टर

कैंची का



डब्बा

बाल्टी

पोर्टबल सीढ़ी

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P:** सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो।
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**पौधों के साथ संपर्क**	**PPE**: शाखाओं से तोड़ने के लिए सुरक्षात्मक चश्मे।

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**कैंची से हुआ घाव**	**T**: कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/बाल्टी/टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **O/P**: काटने के दौरान सुरक्षा के लिए परिचालन निर्देश। **PPE**: काट प्रतिरोधी दस्ताने।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1**: कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
सीढ़ी का उपयोग	**ऊँचाई से गिरना**	सीढ़ी से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**पोर्टेबल सीढ़ी**" टूल देखें।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T 1:**एर्गोनोमिक कैंची का उपयोग करें, जिसमें हैंडल का एक अच्छा आकार हो जिससे उंगलियों पर दबाव को कम किया जा सके। **T 2:** आसानी से उठने वाले कंटेनर या बक्सों का प्रयोग करें **O/P 1**: पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2**: ऑपरेटर के कंधों के ऊपर माल नहीं उठाएं। **O/P 3:**बक्सों की मैन्युअल ढुलाई की दूरी को कम करना। **O/P 4**: उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 5**: विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य)। **F/I**: सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS**: चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**T:**एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P:**प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1:**जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2:**राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

सौंफ का मैन्युअल हार्वेस्टिंग

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **हार्वेस्टिंग**
  - पौधे को हाथ से उखाड़ें और जड़ों को काट दें, या वर्गाकार नोक के चाकू का प्रयोग कर के करके जमीन से सीधा सौंफ को ही काट लें और जड़ों को जमीन में ही छोड़ दें।
  - उपज को कंटेनरों में रखें, जो ठेले (wheelbarrow) पर रखा हो सकता है, और उसे खिंचते हुए पूरी पंक्ति में ले जाएँ जब तक वह भर नहीं जाता है।
- **निकले हुए फसल का वितरण।**
  - उपज को सीधे डिब्बे में रखा जाता है (जब उत्पाद कच्चा होता है और गोदाम में प्रसंस्करण की आवश्यकता होती है), या वैकल्पिक रूप से
  - जमा कर के रखा जाता है। बाहरी पत्तियों के साथ-साथ सौंफ के शीर्ष भाग को खेतों में हटा दिया जाता है। उपज को बक्से में रख दिया जाता है (एक या दो परत)। बक्से को फिर एक ट्रेलर पर लोड किया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है, डिब्बे के लिए भी यही बात लागू होती है।

उपज को जमा करें

उपज को जमा करना है

जमा उपज

कार्य सम्बंधित उपकरण

- डब्बा
- एक छोटा ठेला (Wheelbarrow)
- बक्से, बाल्टी
- चाकू
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

डब्बा

डब्बा

चाकू

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो। **O/P 2:** अड़चनों से मुक्त रास्ता
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
कार्य सम्बंधित उपकरण	**चाकू से हुआ घाव**	**O/P:** टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान चाकू को सावधानी से रखें। **PPE**: काट प्रतिरोधी दस्ताने
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुडी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" सहायता पत्र देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2:**लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T 1:** फसल कटाई के दौरान भारी बाल्टी/बॉक्स को उठा कर ले जाने की बजाय एक ठेले (wheelbarrow) का इस्तेमाल करें। **T 2:** आसानी से उठने वाले टोकरी या बक्सों का प्रयोग करें **O/P 1:**पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:**बक्सों की मैन्युअल ढुलाई की दूरी को कम करना। **O/P 4:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 5:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS:** चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

सुरंग में स्ट्रॉबेरी की हार्वेस्टिंग

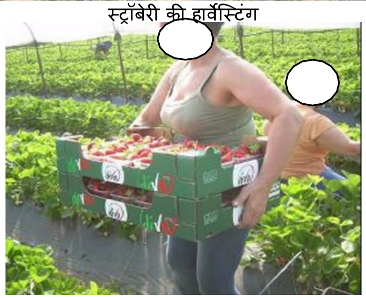
- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- बॉक्स होल्डर जिसमे की दो बक्से आते हैं, उसकी मदद से **स्ट्रॉबेरी की मैन्युअल हार्वेस्टिंग**।
- पेटियां भर जाने पर ऑपरेटर द्वारा बक्सों को **सुरंग से बाहर निर्यात** कर देना।

निकले हुए स्ट्रॉबेरी का वितरण। सुरंग से बाहर निकालने के बाद बक्से को एक ट्रेलर पर लोड किया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

स्ट्रॉबेरी की हार्वेस्टिंग


बक्से को संभालना

कार्य सम्बंधित उपकरण

- बक्सा
- प्लास्टिक ट्रे
- बॉक्स होल्डर
- ट्रैक्टर
- ट्रेलर

बक्सा

प्लास्टिक ट्रे

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
सुरंग के अंदर किया गया काम	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:** सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: बंद पंजे, टखने को सहारा देने के साथ मजबूत पकड़ वाली तली। **O/P 2**: अड़चनों से मुक्त रास्ता
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर सूक्ष्म जलवायु**	**T:** सुरंग/ग्रीनहाउस वेंटिलेशन में आकार के अनुसार सुराख़ (टनल/ग्रीनहाउस में जमीन की सतह का कम से कम 10% खुला होना आवश्यक है)। **O/P 1:** गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना। **O/P 3:** सुनिश्चित करें कि उपयुक्त आरामदायक कपड़े पहने जाते हों।

प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के बाहर गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर विकिरण से संपर्क**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्राएं, पुनरावर्ती क्रियाऐं, माल को उठाना और ले जाना**	**T:** फसल कटाई के दौरान बॉक्स को ले जाने के लिए बॉक्स होल्डर का इस्तेमाल करें। **O/P 1:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 2:** विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) और/या **O/P 3:** उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल। **F/I:** ख़ास सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS:** चिकित्सा निगरानी।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2:**लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

रसशंक की हार्वेस्टिंग

खेत या सुरंग/ग्रीनहाउस में खेती

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **रसशंक की कटाई कर के एकत्रित करना**
  उपज को झुक कर चाकू की मदद से हाथ से उठाया जाता है, फिर इसे खेत में एकत्रित किया जाता है।
- **निकले हुए फसल का वितरण।**
  रसशंक को बक्सों में रखा जाता है जिन्हें ठेले (wheelbarrow), या अन्य साधनों की मदद से लोडिंग क्षेत्र में ले जाया जाता है, जहां बक्से को पैलेट पर रखा जाता है। इसके बाद पैलेट को ट्रेलरों पर लोड किया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

रसशंक की हार्वेस्टिंग और बक्से की तैयार करना [X1]

[X2]

कार्य सम्बंधित उपकरण

- एक छोटा ठेला (Wheelbarrow)
- बक्सा
- चाकू
- पैलेट
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

बक्सा

चाकू

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, जंगल और अन्य फार्म में जमीन	**स्लिप या ट्रिप खतरा**	**O/P 1:** सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: बंद पंजे, टखने को सहारा देने के साथ मजबूत पकड़ वाली तली। **O/P 2:** अड़चनों से मुक्त रास्ता

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर सूक्ष्म जलवायु**	**T:**सुरंग/ग्रीनहाउस वेंटिलेशन में आकार के अनुसार सुराख़ (टनल/ग्रीनहाउस में जमीन की सतह का कम से कम 10% खुला होना आवश्यक है)। **O/P 1:**गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना। **O/P 3:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त आरामदायक कपड़े पहने जाते हों।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के बाहर गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**चाकू से हुआ घाव**	**T:** कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **PPE**: काट प्रतिरोधी दस्ताने। [X3]
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 3**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्राएं, पुनरावर्ती क्रियाएें, माल को उठाना और ले जाना**	**T:** हार्वेस्टिंग के दौरान बाल्टी/बक्सा उठाने से बचने के लिए और वितरण में मैनुअल ढुलाई से बचने के लिए एक ठेले (wheelbarrow) का इस्तेमाल करें। **O/P 1:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 2:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 3:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I:** सहायता टूल "**प्रशिक्षण और जोखिम के विषय में** " के अनुसार प्रशिक्षण और **SS:**चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1) : O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

छोटे फलों की हार्वेस्टिंग
खेत या सुरंग/ग्रीनहाउस में खेती

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

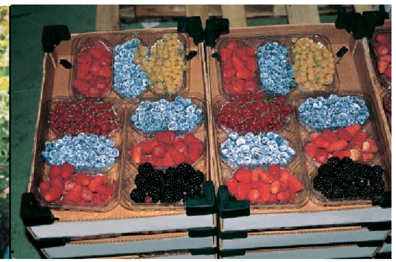
कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **हार्वेस्टिंग:**
  फलों को खेतों में या सुरंग/ग्रीनहाउस में उगाया जाता है, उन्हें तोड़ कर छोटे ट्रे में रखने के बाद बक्से में भर दिया जाता है जिसके बाद बक्से को अगले पौधे की ओर ले जाया जाता है जब तक की वह पूरी तरह से भर ना जाय। बक्सों को ट्राली के माध्यम से ले जाया जा सकता है।
- **तोड़े हुए अंगूर का वितरण।**
  भर जाने के बाद बक्से को ट्रेलर पर लोड किया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

फल उठायें

बहुमंजिला ट्रॉली पर बक्से को रखें

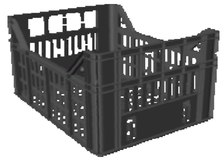
फलों को ट्रे में रखना



ट्रे को बक्से में रखना

कार्य सम्बंधित उपकरण

- बहुमंजिला हार्वेस्टिंग ट्राली
- बक्से और ट्रे
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर



बक्सा

ट्रे

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो। **O/P 2**: अड़चनों से मुक्त रास्ता
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**पौधों से संपर्क और सहायता फ्रेम्स**	**O/P**: ध्यान रखें की उपयुक्त कार्य वस्त्र पहना गया हो, ख़ास कर के कांटेदार पौधों के लिए। **PPE**: आंख के नज़दीक, कांटेदार पौधों से फल उठाते समय सुरक्षात्मक चश्मे पहनें।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर सूक्ष्म जलवायु**	**T:**सुरंग/ग्रीनहाउस वेंटिलेशन में आकार के अनुसार सुराख़ (टनल/ग्रीनहाउस में जमीन की सतह का कम से कम 10% खुला होना आवश्यक है)। **O/P 1:**गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना। **O/P 3:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त आरामदायक कपड़े पहने जाते हों।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के बाहर गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**O/P 1:** ट्रेलर को ऑपरेटर के कंधों की ऊंचाई से नीचे तक ही लोड करें। **O/P 2:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) और/या **O/P 3:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल। **SS:** चिकित्सा निगरानी। **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक और टिक के काटने का खतरा**	**O/P 1:**एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2:**प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन। **O/P 3:** जब टिक के काटने का खतरा हो तो ढकने वाले कपड़ों का प्रयोग करें।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

सुरंग/ग्रीनहाउस में तुलसी की हार्वेस्टिंग

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **मैनुअल हार्वेस्टिंग।**
  दो गलियारों के बीच लकड़ी का बोर्ड स्थित किया जाता है (जो लकड़ी के बोर्ड से ही बना होता है), पौधे को कुचलने से बचाने के लिए थोड़ा उठाया गया है, और पंक्ति के बीच से तुलसी की फसल निकालने के लिए फ्रेम सहारा के रूप में प्रयोग किया जाता है।
- **तोड़े हुए अंगूर का वितरण।**
  गुच्छों को बक्से में रखा जाता है और फिर ग्रीनहाउस से बाहर निकाला जाता है, जिसे एक ट्रेलर पर लादा जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

ग्रीनहाउस के अंदर हार्वेस्टिंग

कार्य सम्बंधित उपकरण

- बक्सा
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

डब्बा

खतरा	**जोखिम**	**रोकथाम और बचाव के उपाय (1)**
ग्रीनहाउस में काम करें	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: बंद पंजे, टखने को सहारा देने के साथ मजबूत पकड़ वाली तली। **O/P 2:**अड़चनों से मुक्त रास्ता
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर सूक्ष्म जलवायु**	**T:**सुरंग/ग्रीनहाउस वेंटिलेशन में आकार के अनुसार सुराख़ (टनल/ग्रीनहाउस में जमीन की सतह का कम से कम 10% खुला होना आवश्यक है)। **O/P 1:**गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना। **O/P 3:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त आरामदायक कपड़े पहने जाते हों।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के बाहर गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर विकिरण से संपर्क**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)।
लकड़ी के बोर्ड	**गिरने का डर**	**T:** बोर्डवॉक कम से कम 60 सेमी चौड़े हैं और उनके अंदर लगे हुए बोर्ड कम से कम 4 सेमी मोटे और कम से कम 20 सेमी चौड़े हैं।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।

खतरा	**जोखिम**	**रोकथाम और बचाव के उपाय (1)**
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2:**लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T:**फसल कटाई के दौरान बॉक्स को ले जाने के लिए बॉक्स होल्डर का इस्तेमाल करें। **O/P 1:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 2:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) और/या **O/P 3:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल। **SS:** चिकित्सा निगरानी। **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1:**जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

सुरंग/ग्रीनहाउस में सब्जी की मैन्युअल हार्वेस्टिंग (खीरा, तोरी, बैंगन आदि)

- **सहायता के लिए कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **बाल्टी या बक्से की मदद से हार्वेस्टिंग**
  सब्जी को हाथ से उठाया जाता है - फिर इसे कैंची या चाकू की मदद से अलग (काट) किया जाता है - और फिर कंटेनर में रखा जाता है (बक्सा, बाल्टी)। बक्से आमतौर पर सुरंग के बाहर टेबल पर रखे जाते हैं।
- **तोड़े हुए अंगूर का वितरण।**
  कंटेनरों को फिर पैलेट पर लोड किया जाता है या डिब्बे में स्थानांतरित किया जाता है और फिर एक ट्रेलर पर लोड किया जाता है और ट्रैक्टर द्वारा ले जाया जाता है।

सब्जी की हार्वेस्टिंग

ठेले (wheelbarrow) की मदद से बक्सों का निर्यात

बक्से की तैयारी

सुरंग

कार्य सम्बंधित उपकरण

- टेबल
- डब्बा
- एक छोटा ठेला (Wheelbarrow)
- बक्से, बाल्टी
- चाकू
- कैंची
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

बिन

बॉक्स

कैंची

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर किया गया कार्य	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: बंद पंजे, टखने को सहारा देने के साथ मजबूत पकड़ वाली तली। **O/P 2:**अड़चनों से मुक्त रास्ता

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर किया गया कार्य	**पौधों के साथ संपर्क**	**O/P:** जब भी बिना किसी औजार के सब्जियों को कांटेदार पौधों से अलग करें तो सुरक्षात्मक दस्ताने का प्रयोग ज़रूर करें।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के अंदर सूक्ष्म जलवायु**	**T:**सुरंग/ग्रीनहाउस वेंटिलेशन में आकार के अनुसार सुराख़ (टनल/ग्रीनहाउस में जमीन की सतह का कम से कम 10% खुला होना आवश्यक है)। **O/P 1:**गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना। **O/P 3:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त आरामदायक कपड़े पहने जाते हों।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के बाहर गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर विकिरण से संपर्क**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T1:** फसल कटाई के दौरान भारी बाल्टी/बॉक्स को उठा कर ले जाने की बजाय एक ठेले (wheelbarrow) का इस्तेमाल करें।**T2:**आसानी से उठने वाले टोकरी या बक्सों का प्रयोग करें **O/P 1**: पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3**: विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **और/या** **O/P 4:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल। **SS:** चिकित्सा निगरानी। **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**कैंची या चाकू से हुआ घाव**	**T:** कम नुकीली चाकू या कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **PPE:**काट प्रतिरोधी दस्ताने।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2**: प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

पंक्तिबद्ध तरीके से उपजाए हुए फलों की मैन्युअल हार्वेस्टिंग
सेब, नाशपाती, आड़ू, खुबानी, बेर, चेरी, कीवी, ख़ुरमा, आदि।

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **मैनुअल हार्वेस्टिंग।**
  फलों को खड़े हो कर या सीढ़ी की मदद से तोड़ा या कैंची से काटा जाता है और फिर कंटेनर (बक्सा, बाल्टी) में रखा जाता है। कंटेनर को फिर उपज के हिसाब से पैलेट पर लोड कर दिया जाता है या बक्से में रख दिया जाता है।
- **उठाने-योग्य/रस्से की टोकरी से मैन्युअल हार्वेस्टिंग।**
  पौधे से तोड़े हुए फलों को सीधे उन डिब्बों में डाल दिया जाता है, जिन्हें पंक्ति के साथ एक दूसरे के बगल में रखा गया है और उन्हें ट्रैक्टर या अन्य उपकरणों द्वारा में खिंचा जाता है जिससे उपज सीधा डिब्बे में पहुंच जाता है।
- **एक गतिशील प्लेटफार्म से मैन्युअली उठाना।**
  ऑपरेटर हार्वेस्टिंग प्लेटफ़ॉर्म पर चढ़ते हैं, प्लेटफ़ॉर्म पर खड़े हो कर 1.5-2.5 मीटर की ऊँचाई वाले फल को तोड़ते हैं, और उपज को भिन्न आकार के उन बक्सों में डालते हैं जिनका नीचला हिस्सा, डिब्बे या बड़े बक्से में स्थानांतरित करने के लिए खोला जा सकता है।
- **तोड़े हुए जैतून का वितरण**
  ट्रेलर पर कंटेनर लोड करके और एक ट्रैक्टर के माध्यम से उन्हें पहुंचाकर।

तने को काटना

सीढ़ी से उठाना

चलते हुए प्लेटफॉर्म से उठाना

कार्य सम्बंधित उपकरण

- डब्बा
- मोबाइल हार्वेस्टिंग प्लेटफ़ॉर्म
- बक्सा
- कैंची
- कन्वेयर बेल्ट
- ट्रेलर
- पोर्टेबल सीढ़ी
- बाल्टी/टोकरी
- ट्रैक्टर

प्लेटफार्म

डब्बा

सीढ़ी

कैंची

बाल्टी

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**कैंची से हुआ घाव**	**T:** कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **O/P:**काटने के दौरान सुरक्षा के लिए परिचालन निर्देश। **PPE:**काट प्रतिरोधी दस्ताने
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	हार्वेस्टिंग प्लेटफार्म से जुडी समस्याओं के समाधान के लिए, "**मोबाइल हार्वेस्टिंग प्लेटफार्म**" टूल देखें। ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
सीढ़ी का उपयोग	**ऊँचाई से गिरना**	सीढ़ी से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**पोर्टेबल सीढ़ी**" टूल देखें।
बिजली लाइनों के निकट काम	**बिजली से मौत**	**O/P**: इस्तेमाल किये जा रहे मशीन और स्वचालित बिजली लाइनों के बीच सुरक्षा दूरी का पालन करें (1 केवी तक वोल्टेज के लिए 3 मीटर, 1 केवी से 30 केवी तक वोल्टेज के लिए 3.5 मीटर, 30 केवी से 132 केवी तक के वोल्टेज के लिए 5 मीटर और 132 केवी से अधिक वोल्टेज के लिए 7 मीटर)।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना।**	**T:**एर्गोनोमिक कैंची का उपयोग करें, जिसमें हैंडल का एक अच्छा आकार हो जिससे उंगलियों पर दबाव को कम किया जा सके। **O/P 1:**पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:**बक्सों की मैन्युअल ढुलाई की दूरी को कम करना। **O/P 4:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 5:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I**: सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS**: चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**T:**एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P:**प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1) : O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

ग्रीनहाउस में टमाटर की मैन्युअल हार्वेस्टिंग

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **हार्वेस्टिंग**
  इसके हार्वेस्टिंग के लिए किसी भी सटीक मौसम की जरुरत नहीं है।
  - चेरी टमाटर के गुच्छों को या तो कैंची से काटा जाता है या हाथों से तोड़ लिया जाता है और उपज को बक्से या बाल्टियों में डाल दिया जाता है।
  - पौधों की ऊंचाई, टमाटर की किस्मों और उगाने की तकनीकों के अनुसार बदलती है। टमाटर पूरे तने के साथ-साथ बढ़ते और पकते हैं, इसलिए इसे अलग-अलग ऊंचाइयों पर तोड़ा जाता है।
  - चढ़ाई करने वाले बेलों को एक सीमित ऊंचाई तक पहुंचने के बाद रस्सियों की मदद से ऑपरेटर के कंधों या घुटने के बीच की ऊंचाई तक लाया जा सकता है, ताकि ऑपरेटर को फल निकालने में परेशानी ना हो।
  - बक्से आमतौर पर सुरंग के बाहर टेबल या ज़मीन पर रखे जाते हैं।

- **तोड़े हुए जैतून का वितरण**
  ट्रेलर पर कंटेनर लोड करके और एक ट्रैक्टर के माध्यम से उन्हें पहुंचाकर।

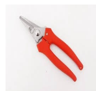
हार्वेस्टिंग चरण

कार्य सम्बंधित उपकरण

- ट्राली
- एक छोटा ठेला (Wheelbarrow)
- बक्से, बाल्टी
- कैंची
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

ट्राली

डब्बा



कचा

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
ग्रीनहाउस के अंदर किया गया कार्य	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: बंद पंजे, टखने को सहारा देने के साथ मजबूत पकड़ वाली तली। **O/P 2:**अड़चनों से मुक्त रास्ता

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
ग्रीनहाउस के अंदर किया गया कार्य	**पौधों के साथ संपर्क**	**O/P:**जब भी बिना किसी औजार के सब्जियों को कांटेदार पौधों से अलग करें तो सुरक्षात्मक दस्ताने का प्रयोग ज़रूर करें।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**ग्रीनहाउस के अंदर सूक्ष्म जलवायु**	**T:**सुरंग/ग्रीनहाउस वेंटिलेशन में आकार के अनुसार सुराख़ (टनल/ग्रीनहाउस में जमीन की सतह का कम से कम 10% खुला होना आवश्यक है)। **O/P1:** गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P2:** मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना। **O/P3:** सुनिश्चित करें कि उपयुक्त आरामदायक कपड़े पहने जाते हों।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**सुरंग/ग्रीनहाउस के बाहर गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर विकिरण से संपर्क**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T1**: फसल कटाई के दौरान भारी बाल्टी/बॉक्स को उठा कर ले जाने की बजाय एक ठेले (wheelbarrow) या ट्राली का इस्तेमाल करें।**T2:**आसानी से उठने वाले टोकरी या बक्सों का प्रयोग करें **T3:** घुटनों और कंधों के बीच टमाटर की ऊंचाई बनाए रखने वाली तकनीकों को लागू करना। **O/P 1:**पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 4:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य)। **SS:** चिकित्सा निगरानी। **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**कैंची से हुआ घाव**	**T:** हो सके तो कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **O/P:** काटने के दौरान सुरक्षा के लिए सुरक्षात्मक कार्यवाही। **PPE:**काट प्रतिरोधी दस्ताने।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2:** लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1:**एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2:**प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1:**जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2:**राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1) : O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

खुले खेतों में सब्जी की मैन्युअल हार्वेस्टिंग

टमाटर, बैंगन, मिर्च, तोरी आदि।

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **सब्जियों की हार्वेस्टिंग।**
  सब्जियों को तोड़ा जाता है या कभी-कभी चाकू या कैंची की मदद से काट लिया जाता है और फिर उन्हें जमा कर के जरुरत पड़ने पर बक्से या बाल्टी में रख दिया जाता है। पंक्तियों में बक्सों को आगे-पीछे करने के लिए ठेले (wheelbarrow) का इस्तेमाल किया जा सकता है।
- **तोड़े हुए अंगूर का वितरण।**
  सब्जियों से लदे बक्सों को ट्रेलर पर लाद दिया जाता है या बड़े बक्सों में खाली कर दिया जाता है ताकि इसे बाद में ट्रेक्टर के द्वारा ले जाया जा सके।

बक्सों के साथ हार्वेस्टिंग

बाल्टी के साथ हार्वेस्टिंग

बक्सों को लाने-ले जाने के लिए ठेले (wheelbarrow) का प्रयोग

कार्य सम्बंधित उपकरण

- डब्बा
- एक छोटा ठेला (Wheelbarrows)
- बक्सा
- चाकू
- कैंची
- बाल्टी
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

डब्बा

डब्बा

चाकू

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो। **O/P 2**: अड़चनों से मुक्त रास्ता
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**पौधों के साथ संपर्क**	**O/P:**जब भी बिना किसी औजार के सब्जियों को कांटेदार पौधों से अलग करें तो सुरक्षात्मक दस्ताने का प्रयोग ज़रूर करें।
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी से संपर्क,** **सौर विकिरण, ठंड,** **बारिश, हवा**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**गर्मियों में, दिन के सबसे ठन्डे पहर के दौरान हार्वेस्टिंग। **O/P 3:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
कार्य सम्बंधित उपकरण मैन्युअल टूल्स	**कैंची या चाकू से हुआ घाव**	**T:**कम नुकीली चाकू या कैंची का प्रयोग करें, जिसे बॉक्स/टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **PPE:**काट प्रतिरोधी दस्ताने।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुड़ी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रैक्टर**" टूल देखें।
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**पुनरावर्ती क्रिया गलत मुद्रा। माल उठाना और ले जाना**	**T 1:**फसल कटाई के दौरान भारी बाल्टी/बॉक्स को उठा कर ले जाने की बजाय एक ठेले (wheelbarrow) का इस्तेमाल करें। **T 2:** आसानी से उठाने योग्य कंटेनर का प्रयोग **O/P 1:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **और/या** **O/P 2:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल। **O/P 3**: पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 4:**ट्रेलर को ऑपरेटर के कंधों की ऊंचाई से नीचे तक ही लोड करें। **SS:** चिकित्सा निगरानी। **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2:**प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

आर्टिचोक का मैन्युअल हार्वेस्टिंग

- सहायता के लिए **कार्य के हर चरण** पर **सुरक्षा और बचाव के उपाय** के साथ-साथ सभी **जोखिमों** को भी इस सहायता किट में चिन्हित किया गया है।
- नियोक्ता नीचे दिए गए उपायों को प्रत्येक कार्य और खेतों में वास्तविक **जोखिमों** को नज़र में रख कर, **चरणबद्ध तरीके से लागू** करता है।
- खेत में मौजूद जोखिम से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

कार्य प्रक्रिया/गतिविधि के चरण

- **स्पाइन आर्टिचोक की हार्वेस्टिंग**
  - तने को चाकू से काटना
  - उपज को टोकरी या ठेले (wheelbarrow) में रखना।
- **स्पाइनलेस आर्टिचोक की हार्वेस्टिंग**
  - हाथों से या चाकू से अलग करना
  - उपज को टोकरी या ठेले (wheelbarrow) में रखना।
- **तोड़े हुए जैतून का वितरण**
  उपज को ट्रेलर पर लाद दिया जाता है या बड़े बक्सों में खाली कर दिया जाता है ताकि इसे बाद में ट्रेक्टर के द्वारा ले जाया जा सके।

कंधे पर टांगने वाली टोकरी के साथ हार्वेस्टिंग

स्पाइनलेस आर्टिचोक को चुनना

कार्य सम्बंधित उपकरण

- डब्बा
- एक छोटा ठेला (Wheelbarrow)
- कंधे पर टांगने वाली टोकरी
- चाकू
- ट्रेलर
- ट्रैक्टर

डब्बा

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**स्लिप या ट्रिप का खतरा**	**O/P:**सुनिश्चित करें कि उपयुक्त जूते का इस्तेमाल किया जा रहा है: जिसमें बंद पंजे के साथ मजबूत पकड़ वाली तली हो।
खेत, लकड़ी और खेतों की अन्य ज़मीन	**पौधों के साथ संपर्क**	**O/P:** ध्यान रखें कि ढकने वाले कपड़ों को पहन कर ही स्पाइन आर्टिचोक की हार्वेस्टिंग करें। **PPE 1**: स्पाइन आर्टिचोक के लिए सुरक्षात्मक चश्मे **PPE 2:** स्पाइन आर्टिचोक के लिए छेद प्रतिरोधी एप्रन। **PPE 3:** कट और छेद प्रतिरोधी दस्ताने।

खतरा	जोखिम	रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
प्रतिकूल मौसम की परिस्थितियाँ	**गर्मी, ठंड, बारिश, हवा, सौर्य विकिरण से संपर्क**	**O/P 1:**सुनिश्चित करें कि मौसम की स्थिति के अनुसार उपयुक्त वस्त्र पहने जाते हों (जैसे टोपी, रेनकोट, आरामदायक कपड़े)। **O/P 2:**मौसमानुसार ख़ास जगह (छायादार जगह) पर भिन्न चरणों में पर्याप्त आराम। अच्छा हाइड्रेशन बनाए रखने के लिए पेय उपलब्ध कराना।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**चाकू से हुआ घाव**	**T:** कम नुकीली कैंची का प्रयोग करें, जिसे टोकरी सँभालने या एक जगह से दूसरी जगह पर जाने के दौरान सुरक्षित संभाला जा सके। **PPE:**कट और छेद प्रतिरोधी दस्ताने।
कार्य सम्बंधित उपकरण	**यांत्रिक या विद्युत जोखिम**	ट्रैक्टर से जुडी समस्याओं के समाधान के लिए, "**ट्रेक्टर**" टूल देखें
कृषि यंत्र ट्रांजिट	**ह्यूमन-मशीन इंटरफेरेंस**	**O/P 1:**कृषि मशीनों ट्रांजिट के लिए परिचालन निर्देश लोडिंग के दौरान हस्तक्षेप से बचने के लिए निर्देश प्रदान करते हैं। **O/P 2**: लोगों को ट्रेलरों पर जाने से रोकने के लिए परिचालन निर्देश।
माल का हस्त संचालन	**गलत मुद्रा। पुनरावर्ती क्रिया माल उठाना और ले जाना**	**T 1:** कंधे की चोट से बचने के लिए गद्देदार पट्टियों का प्रयोग करें। **T 2:** छोटे टोकरियों का इस्तेमाल करें। **O/P 1:**पुरुषों के लिए 20 किलो से अधिक और महिलाओं के लिए 15 किलो से अधिक माल दो ऑपरेटर मिल कर उठाएं। 18 से 45 वर्ष की आयु के श्रमिकों के लिए, माल का वजन पुरुषों के लिए 25 किलोग्राम और महिलाओं के लिए 20 किलोग्राम हो जाता है। **O/P 2:**लदाई की सतह ऑपरेटर के कंधों से कम ऊंचाई पर रखना। **O/P 3:**उचित कार्य समय के साथ पर्याप्त अंतराल और/या **O/P 4:**विभिन्न कार्य कर रहे अन्य ऑपरेटर को अलग-अलग काम के लिए बदलते रहना (चुनना और अन्य कार्य) **F/I:** सहायता टूल "**माल के मैनुअल हैंडलिंग में जोखिम पर जानकारी और प्रशिक्षण**" के आधार पर प्रशिक्षण और जानकारी। **SS:** चिकित्सा निगरानी।
खतरनाक पदार्थ: रसायन	**पौधों के स्वास्थ्य सम्बंधित (फाईटोसेनेटरी) वस्तुओं के साथ संपर्क**	**O/P:**फाईटोसेनेटरी उत्पादों के लेबल पर सांकेतिक हार्वेस्ट के अंतराल का सम्मान।
जैविक घटक	**टेटनस, हायमेनोप्टेरा डंक का खतरा**	**O/P 1**: एंटी टेटनस वैक्सीन की उपलब्धता का सत्यापन करें। **O/P 2:**प्रासंगिक प्राथमिक चिकित्सा उपायों का कार्यान्वयन।
फार्म से दूर पृथक स्थानों पर काम करें	**प्राथमिक चिकित्सा पहुँचने में देरी**	**O/P 1**: जैतून की तुड़ाई वाले क्षेत्र के पास एक प्राथमिक चिकित्सा बॉक्स की उपलब्धता। **O/P 2**: राष्ट्रीय आपातकालीन सेवाओं से जल्द संपर्क करने के लिए हार्वेस्टिंग क्षेत्र के समीप संचार के एक उपयुक्त साधन की उपस्थिति।

(1): O/P (संगठनात्मक/प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय), F/I (प्रशिक्षण/जानकारी), SS (चिकित्सा निगरानी), PPE (व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण)।

पोर्टेबल सीढ़ी

- विवरण में परिभाषित उपकरणों के लिए सहायता टूल **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को समझने में मदद करता है।
- नियोक्ता उन उपकरणों के लिए प्रासंगिक **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को लागू करता है जो वास्तव में खेत में मौजूद हैं, जिनमें से कुछ नीचे दिए गए हैं।
- खेत में कार्य से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है, जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

विवरण

पोर्टेबल पाया (सीढ़ी का डंडा, जिसपर पैर रखा जाता है)/ सीढ़ी को इनमें बांटा जा सकता है:

- **झुकी हुई सीढ़ी**
  - सिंगल सीढ़ी
  - इटालियन सीढ़ी (मॉड्यूलर)
  - एक्सटेंशन सीढ़ी (यांत्रिक या मैनुअल सरकन)।
  - परिवर्तनशील सीढ़ी।
  - सिंगल-रेल सीढ़ी।
- **A- आकार की सीढ़ी**:
  - एक-तरफ़ा A- आकार की सीढ़ी।
  - दो-तरफ़ा A- आकार की सीढ़ी।
  - दो-तरफ़ा प्लेटफॉर्म वाली सीढ़ी।
  - तिपाई सीढ़ी

– पोर्टेबल सीढ़ी को भवन प्रावधानों के संदर्भ में अनुच्छेद 113 या D.Lgs. के अनुलग्नक XX 81/2008 और बाद के संशोधन और परिवर्धन, का अनुपालन करना चाहिए।

– लकड़ी की सिंगल-रेल सीढ़ी D.I. के नियमानुसार चाहिए 27/03/1998.

सिंगल-रेल सीढ़ी

इटालियन सीढ़ी (मॉड्यूलर)

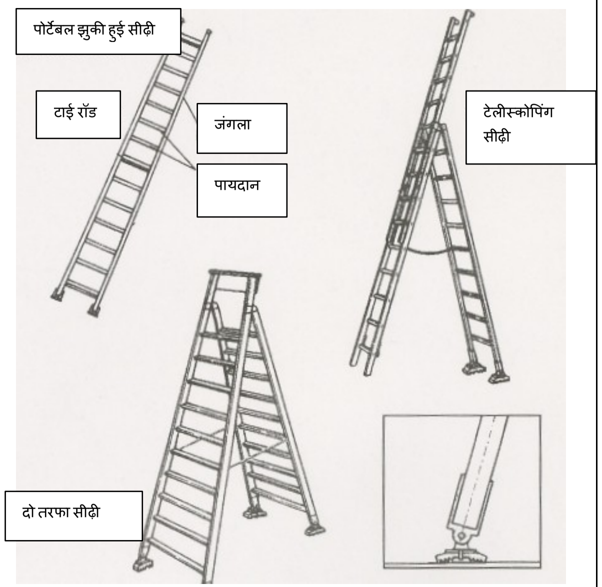
परिवर्तनशील टेलेस्कोपिंग सीढ़ी

तिपाई सीढ़ी

संदर्भ

- D.Lgs. 81/2008 और बाद के संशोधन और परिवर्धन (शीर्षक IV - अनुच्छेद 113 और अनुलग्नक XX)
- D.I. 27/03/1998

सीढ़ी के प्रकार



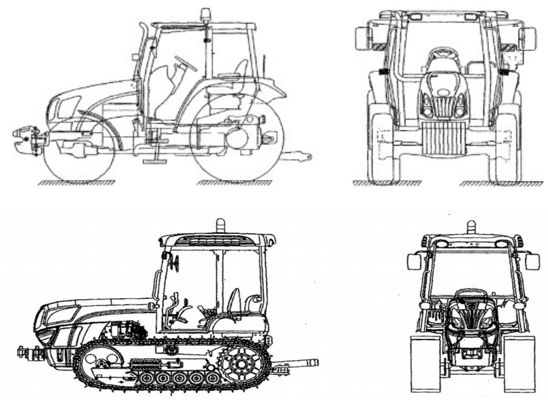
रोकथाम और बचाव के उपाय (1)
सुरक्षा आवश्यकता
T 1: सीढ़ी अच्छी स्थिति में, बिना किसी कमजोरी के है। नहीं तो सीढ़ी की प्रतिरोध और कार्यक्षमता खतरे में आ सकती है। कांटी चुभे हुए लकड़ियों का इस्तेमाल टूटे हुए सीढ़ी के पाए में मरम्मत के लिए नहीं किया गया है। **T 2:** सीढ़ियों को रेल के नीचे की तरफ से फिसलन अवरोधी बनाया गया है। **T 3:**दो या दो से अधिक पदार्थों से बनी सीढ़ी को निम्नलिखित आवश्यकताओं को पूरा करना होगा: प्रयोग के दौरान लंबाई 15 मीटर से अधिक नहीं होनी चाहिए, विशेष जरूरतों के दौरान ऊपरी तरफ की रेल को एक स्थिर जगह से टिकाना है, फिर जो भी सीढ़ी 8 मीटर की लम्बाई से ज्यादा होगी उसे लचकने से बचाने के लिए सहारा देना है। **T 4:** दो-तरफ़ा सीढ़ी की ऊंचाई 5 मीटर से अधिक नहीं होनी चाहिए और उसे पर्याप्त ज़ंजीर या किसी अन्य चीज से बांधा जाय ताकि यह एक पर्याप्त सुरक्षा दहलीज से अधिक खुलने से रुक सके। **T 5**: D.Lgs 81/2008 के अनुच्छेद XX के अनुरूप पोर्टेबल सीढ़ी का अनुपालन और संबंधित तकनीकी मानक के अनुसार बाद में संशोधन और परिवर्धन से जुड़े आवश्यक प्रमाणपत्र प्रदान किए जाते हैं जो एक विशिष्ट पत्र या पुस्तिका के साथ आता है। **T 6**: सिंगल-रेल लकड़ी की सीढ़ी में स्पष्ट रूप से निर्माता की पहचान, निर्माण का वर्ष और अधिकतम बोझ अंकित होता है, और D.I. 27/03/1998 के अनुरूप विशिष्ट शीट या बुकलेट के साथ प्रदान किया जाता है। 27/03/1998.
इस्तेमाल करने के लिए निर्देश
• **इस्तेमाल करने से पहले, सुनिश्चित करें कि:** **O/P 1:** सीढ़ी का कोई हिस्सा गायब नहीं है; यदि ज़रूरत हो, तो रबर या प्लास्टिक की फिसलन अवरोध रेल के निचले सिरों पर सही ढंग से तैनात हो। **O/P 2:** सीढ़ी एक स्थिर और टिकाऊ सतह पर टिकी हुई है और पैर जमाने से सीढ़ी के इधर-उधर भागने का डर ना हो। **O/P 3:** सीढ़ी इस्तेमाल करते वक़्त पैर ना फिसले, रेल के ऊपरी या निचले हिस्से को सुरक्षित करें, या फिसलन अवरोधी उपकरण या किसी अन्य समान रूप से प्रभावी समाधान को लागू करें। **O/P 4:** जिन सीढ़ियों से ऊपर पहुंचना है, वे अन्य उपकरणों द्वारा एक मजबूत पकड़ के आभाव में उस सीमा से आगे भी निकल सकते हैं। **O/P 5:** यदि आधार परस्पर सुरक्षित हैं तो, कई अन्य चीजों या अन्य सीढ़ियों को जोड़कर बनी हुई सीढ़ी का इस्तेमाल किया जाता है। **O/P 6:** मजबूत पकड़ के साथ सीढ़ी पर चढ़ने के लिए उपयुक्त जूतों को पहना जाता है। **O/P 7:** निकटता में और ऊंचाई पर कोई खतरा ना हो, जैसे कि बिजली लाइनें, असुरक्षित नंगी तार, सुराख। • **इस्तेमाल के दौरान:** **O/P 1:** यदि सीढ़ी के फिसलने का डर हो तो सीढ़ी को जमीन पर किसी अन्य ऑपरेटर द्वारा ठीक से सुरक्षित बनाए रखा जाएगा। **O/P 2:** यदि दो या दो से अधिक चीजों को जोड़ कर सीढ़ी बनाया जाता है तो एक ऑपरेटर जमीन से लगातार निगरानी करता रहेगा। **O/P 3:** यदि दो या दो से अधिक चीजों को जोड़ कर सीढ़ी बनाया जाता है तो बगल की ओर खसकाने के दौरान सीढ़ी के ऊपर कोई भी व्यक्ति नहीं होगा। **O/P 4:** सीढ़ी के लिए एक सुरक्षित और मजबूत पकड़ हमेशा उपलब्ध होनी चाहिए। विशेष रूप से, सीढ़ी पर हाथ से माल लेन-देन करते समय सीढ़ी पर सुरक्षित पकड़ को नज़रअंदाज नहीं करना चाहिए।

(1): O/P (संगठनात्मक / प्रक्रियात्मक उपाय), T (तकनीकी उपाय)।

सहायता टूल N.31

ट्रैक्टर

- विवरण में परिभाषित उपकरणों के लिए सहायता टूल **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को समझने में मदद करता है।
- नियोक्ता उन उपकरणों के लिए प्रासंगिक **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को लागू करता है जो वास्तव में खेत में मौजूद हैं, जिनमें से कुछ नीचे दिए गए हैं।
- खेत में कार्य से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है, जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

विवरण		संदर्भ
सहायता टूल उन सभी कृषि या वन ट्रैक्टर को शामिल करता है,जो पहियों पर या पटरियों पर चलते हों, जिसमे एक इंजन हो, कम से कम दो एक्सल हों और अधिकतम गति 6 किमी/घंटा से ऊपर हो। इसका इरादा खींचने, धकेलने, परिवहन या किसी अन्य खेती या वन से जुड़े उपकरण, जिसे खेती में इस्तेमाल किया जाता है -उसे खींचने या ट्रेलर में सामान पहुंचाने के लिए होना चाहिए।		D.Lgs. 81/08 और बाद में संशोधन और परिवर्धन (शीर्षक III अध्याय I)। D.Lgs. 285/1992. D.Lgs. 17/2010. D.M. 19/11/2004. D.M. 07/04/2011. D.I. 20/05/2015. राज्य-क्षेत्र समझौता 22/2/2012.

ट्रैक्टर दस्तावेज़ीकरण	**संदर्भ**
अपंजीकृत ट्रैक्टर प्रमाण पत्र या अनुमोदित प्रकार के अनुरूप होने की घोषणा। ***पंजीकृत ट्रैक्टर*** पंजीकरण प्रमाण पत्र।	D.M. निर्देशांक 2003/37/EC को लागू करने वाले 19/11/2004 के इंफ्रास्ट्रक्चर और परिवहन। D.Lgs. 30/04/1992 का 285 (अनुच्छेद 76, par 6)।
06/03/2010 के बाद विपणन किया गया ट्रैक्टर निर्देश 2006/42/EC के अनुपालन की घोषणा।	D.Lgs. 17/2010 लागू निर्देश 2006/42/EC
ट्रैक्टर के प्रकार जिन्हें 07/05/1997 से मंजूरी दे दी गई थी तकनीकी संयोजन।	D.M. निर्देशांक 2003/37/EC को लागू करने वाले 19/11/2004 के इंफ्रास्ट्रक्चर और परिवहन।
06/03/2010 के बाद विपणन किया गया ट्रैक्टर अनुदेश पुस्तिका।	D.Lgs. 17/2010 लागू निर्देश 2006/42/EC D.M. निर्देशांक 2010/52/EC को लागू करने वाले 07/04/2011 के इंफ्रास्ट्रक्चर और परिवहन।
इस्तेमाल करने के लिए जानकारी, प्रशिक्षण, प्रवेशण और योग्यता	**संदर्भ**
दस्तावेज प्रमाणित करते हैं कि ऑपरेटर ने ट्रैक्टर के उपयोग के लिए सूचना, प्रशिक्षण, इन्डक्शन और योग्यता प्राप्त की।	D.Lgs. 81/2008 के अनुच्छेद 81/2008. राज्य-क्षेत्र समझौता 22/2/2012.
संरक्षण	**संदर्भ**

सुरक्षा आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए रखरखाव का कार्य पूरा करना। निरीक्षण के नतीजे नीचे लिखे जाएंगे।	D.Lgs. 81/08, अनुच्छेद 71, par 4, lett. *a)*, point 2, par 8, lett. *b)* and par 9.

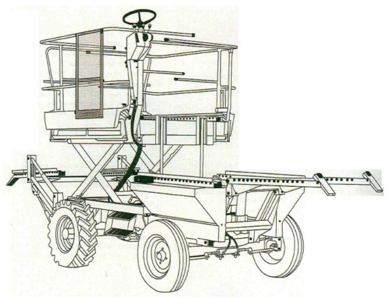
सुरक्षा आवश्यकता	
जोखिम	**उपाय**
पलटना	ट्रैक्टर इनके साथ लैस है: ▪ एक पलटने से बचाने वाला उपकरण (केबिन या फ्रेम) जो ड्राइवर की सीट के इर्द-गीर्द कुछ हद तक सुरक्षा प्रदान करता है; ▪ ड्राइवर और जरुरत हो तो यात्री के लिए सेफ्टी सीट-बेल्ट। यात्रियों को खेतों में तभी ले जाएँ यदि पलटने से बचाने वाला यंत्र उनकी सुरक्षा की पूर्ण गारंटी दे। अगर ऐसा नहीं है, तो यात्रियों को सिर्फ सार्वजानिक रास्तों के प्रयोग की ही अनुमति रहेगी; ▪ ट्रैक्टर निर्माता द्वारा विशेष रूप से तैयार किए जाने पर, बैलास्ट।
झपकी लेना, चिकोटी काटना और कर्तन	ट्रैक्टर उन उपकरणों से सुसज्जित है जो उन क्षेत्रों के मार्गों को अवरुद्ध करता है जहाँ यंत्रो के कार्यरत भाग के संपर्क में आने से नुकसान की संभावना है। वे सुरक्षित हिस्से निम्न हैं : ▪ आगे और पीछे दोनों का पावर टेक ऑफ; ▪ पावर ट्रांसमिशन बेल्ट (जैसे, अल्टरनेटर, डायनेमो, फैन); ▪ कूलिंग सिस्टम फैन; ▪ जब कोई संचालक ट्रैक्टर के चालक के रूप में काम करते हैं तब कुछ ऐसे तत्व हैं (जैसे संयुक्त ट्रैक्टरों में जंक्शन सिस्टम); जो पिंचिंग या शीअरिंग खतरों की ओर इशारा करते हैं। ▪ कुछ अन्य घूमते हिस्से (जैसे-PTO शाफ्ट का आगे के पहियों को गतिमान करना)।
गर्म भागों के साथ संपर्क	यह ट्रैक्टर गैस निकासी सिस्टम के साथ एक अतिरिक्त कार्टर से युक्त सिलिण्डर (साइलेंसर, मैनिफोल्ड, इत्यादि) से सुसज्जित है जो की ऐसे जगह पर व्यवस्थित है जो चालक की पहुंच के अंदर हो।
फिसलना, गिरना	अगर ड्राइवर की सीट जमीन से 550 मीटर ऊपर तक भी होगी तो यह ट्रैक्टर, ड्राइवर की सीट तक की पहुँच को सुविधाजनक बनाने के लिए कुछ उपकरणों से सुसज्जित है (जैसे-सीढ़ी, ज़ीना, हैंडल और हैंड ड्रिल्स) ड्राइवर सीट पर आने -जाने के लिए यह ट्रैक्टर तीन रेलिंग या हैंडल से सुसज्जित है। ऐसे ट्रैक्टर जिनमे ट्रैक्स भी उपलब्ध हैं, उनमे ट्रैक पैड्स सीढ़ियों की तरह उपयोग में लाये जा सकते हैं, और इस तरह इसके तीनों रेलिंग संचालक के लिए उपलब्ध रहेंगे। अगर ट्रैक्स सीढ़ियों की तरह इस्तेमाल किये जाएँ, तो ड्राइवर सीट के प्लेटफार्म और ट्रैक्स की दूरी 500 मिलीमीटर से अधिक नहीं होगी।
दुर्घटनावश स्थानांतरण	अगर दुर्घटनावश अनियंत्रित स्थानांतरण होता है तो ट्रैक्टर ऐसे यंत्रों से सुसज्जित है (जैसे कि गियर में) और ट्रैक्टर की आगे या पीछे की पावर टेकऑफ जो इंजन को चालू करने से रोकते हैं।
कुचलना या दुर्घटना	ट्रैक्टर इनके साथ लैस है: ▪ बाईं ओर रेयर व्यू मिरर (गैर-पंजीकृत ट्रैक्टरों के लिए आवश्यक नहीं है जो सार्वजनिक सड़कों पर यात्रा नहीं कर सकते हैं); ▪ विंडशील्ड वाइपर यदि विंडशील्ड मौजूद है; ▪ रौशनी और रौशनी संकेतक यन्त्र ; ▪ भोंपू।
ध्वनि	यह ट्रैक्टर एग्जॉस्ट गैस सिस्टम (मफलर) के आखिरी भाग में साइलेंसर से सुसज्जित है।

कृषि उपकरण: चलती फिरती खेती

- विवरण में परिभाषित उपकरणों के लिए सहायता टूल **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को समझने में मदद करता है।
- नियोक्ता उन उपकरणों के लिए प्रासंगिक **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को लागू करता है जो वास्तव में खेत में मौजूद हैं, जिनमें से कुछ नीचे दिए गए हैं।
- खेत में कार्य से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है, जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

विवरण

सहायता टूल "मोबाइल हार्वेस्टिंग प्लेटफ़ॉर्म" के लिए रोकथाम और सुरक्षा उपायों की पहचान करता है जिसे एक स्व-चालित कार्य मंच के रूप में परिभाषित किया गया है, जिसका प्रयोजन जमीन पर कार्य करने, ऊबड़ खाबड़ सतह पर कार्य करने, एक या एक से अधिक ऑपरेटरों को फल तोड़ने हेतु स्थानांतरित करने के लिए, पौधों को पतला करने या काटने के लिए या पौधों का अन्य रखरखाव करने के लिए है। फलों को तोड़कर कंटेनर (बड़े बक्से, बिन इत्यादि) में डाल दिया जाता है जो प्लेटफ़ॉर्म पर रखे होते हैं।



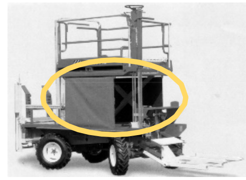
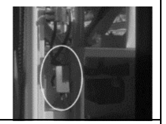
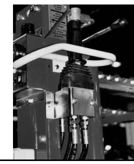
कानून, तकनीकी मानक और संदर्भित तकनीकी दस्तावेज

D.Lgs. 81/08 और उसके बाद सम्बंधित संशोधन और परिवर्धन (शीर्षक III अध्याय I)।

D.Lgs. 17/2010

D.M. 11/04/2011

अनिवार्य दस्तावेज	संदर्भ
31.12.1996 से 5.3.2010 तक विपणन या कमीशन की गयी मशीनरी के लिए सरकुलर 98/37/EC के तहत अनुरूप प्रमाण पत्र।	DPR 459/96 निर्देश सरकुलर 98/37/EC
6.3.2010 से विपणन या कमीशन की गयी मशीनरी के लिए सरकुलर 2006/42/EC के तहत अनुरूप प्रमाण पत्र।	D.Lgs. 17/2010 लागू निर्देश 2006/42/EC
इस्तेमाल के निर्देश, सभी मशीनरी जो 31.12.1996 के बाद विपणन या कमीशन किये गए हैं, उन के लिए अनिवार्य है।	DPR 459/96, D.Lgs. 17/2010
तकनीकी शीट और सत्यापन रिपोर्ट	अनुच्छेद 71 par 11 of D. Lgs. 81/08 और D.M 11/4/2011
इस्तेमाल करने के लिए जानकारी, प्रशिक्षण, प्रवेशण और योग्यता	**संदर्भ**
दस्तावेज जिससे प्रमाणित होता है कि ऑपरेटर को मशीन चलाने के लिए सूचना, प्रशिक्षण और समावेशन प्राप्त हुआ	D.Lgs. 81/2008 के अनुच्छेद 81/2008

सुरक्षा आवश्यकता	
जोखिम	**उपाय**
झपकी लेना, चिकोटी काटना और कर्तन	मशीन कुचलन और कर्तन को रोकने के लिए सुरक्षा उपकरणों से लैस है। इस तरह की आवश्यकता को एक उदाहरण के रूप में, चलती भागों के बीच और चलती और स्थिर हिस्सों के बीच न्यूनतम 25 मिमी का अंतर रखा जाता है। ऐसी परिस्थिति जहां न्यूनतम अंतर नहीं संभव है, वहां निम्नलिखित में से एक समाधान लागू किया जाएगा: • गार्ड • सुरक्षात्मक कपड़े • दो हाथों से नियंत्रण वाला उपकरण, जिससे ऑपरेटर को एक साथ दोनों हाथों का प्रयोग करने की आवश्यकता होती है • सुरक्षा उपकरण जो प्लेटफ़ॉर्म को फिसलने से रोकते हैं यदि ऑपरेटर या उनका हाथ कुचलन वाले क्षेत्र में हैं। 
स्थिरता	यह मशीन सुसज्जित है: • ऐसे उपकरण से जो प्लेटफार्म के स्थिर अवस्था में नहीं रहने पर मशीन को हार्वेस्टिंग की गति से अधिक तेज़ी से बढ़ने से रोकते हैं। इस तरह की जरुरत को एक उदाहरण के रूप में, माइक्रोस्विच, निकटता संसूचक, एनकोडर के माध्यम से पूरा किया जाता है। यह उपकरण विशेष रूप से प्लेटफ़ॉर्म की स्थिति से संबंधित है और डेक पर लागू नहीं होता है। • ऐसे उपकरण जो प्लेटफ़ॉर्म को गति में खसकाने के दौरान ऊपर या नीचे जाने से रोकते हैं। • हार्वेस्टिंग और चाल की गति दोनों के लिए नियंत्रक। • इनक्लिनोमीटर, जो दृश्य या ध्वनिक संकेतों के माध्यम से ऑपरेटर को चेतावनी देता है, कि अधिकतम अनुदैर्ध्य और पार्श्व स्थिरता सीमा तक पहुंचने वाले हैं।
ऊँचाई से गिरना	मशीन का प्लेटफॉर्म ऊपरी गार्ड रेल, मध्यवर्ती गार्ड रेल और टो-बोर्ड से सुसज्जित है। टो-बोर्ड को लोअर गार्ड रेल के बदले भी प्रयोग में लाया जा सकता है। बिन एक्सेस एरिया में टू बोर्ड की जरूरत नहीं है।
प्लेटफार्म का दुर्घटनावश निचे गिरना	यह मशीन एक ऐसे सुरक्षित उपकरण से सुसज्जित है जो प्लेटफार्म को दुर्घटनावश नीचे गिरने से रोकते हैं (जैसे सेफ्टी वाल्वस) 
निरंकुश गति	यह यन्त्र आपातकालीन स्टॉप और पार्किंग ब्रेक से युक्त है। अगर मशीन बंद होती है तो कुछ ऐसी मशीनें भी हैं जिनमे, पार्किंग ब्रेक स्वतः स्वचालित हो जाती है।
कुचलना या दुर्घटना	यह मशीन भोंपू से सुसज्जित है।
आपातकालीन संचालन	यह मशीन ऐसे यंत्रों से सुसज्जित है जो संचालकों, अन्य व्यक्ति या दूसरे तत्वों (जैसे शाखा) द्वारा आपातकालीन संचालन को नियंत्रण में करता है। हाइड्रॉलिक सर्वो के लिवर नियंत्रण गैर रिलीज़ होल्ड जैसे हैं। 
अनाधिकृत संचालन	यह मशीन ऐसे यंत्रों से युक्त है जो अनाधिकृत लोगों को इसे प्रयोग करने से रोकती है, जैसे इग्निशन की।
विद्युतीय संकट	बिजली के केबल अपघर्षक धातु की सतहों के संपर्क से सुरक्षित हैं और या तो स्नेहक और ईंधन संपर्क के लिए प्रतिरोधी हैं या ऐसे वस्तुओं के संपर्क से सुरक्षित हैं। केबल को इस प्रकार व्यवस्थित किया गया है जिससे उसका सम्पर्क एग्जॉस्ट गैस सिस्टम, गतिमान चीजों और नुकीले किनारों से नहीं हो।
फिसलना, गिरना	उचित सुविधाजनक तत्व मौजूद हैं। (जैसे सीढियाँ और ज़ीना) अगर ड्राइवर की जगह जमीन से 550 मिलीमीटर से अधिक की दूरी पर हो तब सीढ़ियां और जीना के दोनों किनारों पर हैंडल होंगे।
गतिमान चीजों से आक्समिक संपर्क	यह मशीन आवश्यक गार्ड और अवरोध से सुसज्जित है जो गतिमान चीजों को पावर ड्राइव सिस्टम के संपर्क में आने से रोकता है। ये गार्ड्स: • स्क्रू, बोल्ट्स आदि द्वारा व्यवस्थित किये जाते हैं जो विशेष प्रकार के औजार (स्क्रू ड्राइवर्स, रिंच) से ही खोले जा सकते हैं; • और आटोमेटिक बंद करने की विधि और लॉक करने की विधि में किसी औजार की जरूरत नहीं होती; • मोबाइल और एक इंटरलॉक डिवाइस से जुड़ा है जो गार्ड के बंद होने तक मशीन के खतरनाक कार्यों को शुरू होने से रोकता है, और गार्ड को खोलते ही मशीन स्टॉप सिस्टम से संचालित होता है।
गर्म सतहें	सीढ़ियों, हैंडल्स और ज़ीनो के पास गर्म सतहों पर इंसुलेशन की उपस्थिति जो वहां तक हमारी पहुँच बनती है। यह सुरक्षा एक विशेष प्रकार के छेद वाले चादर से बना हो सकता है।

सपोर्ट शीट

नंबर 33

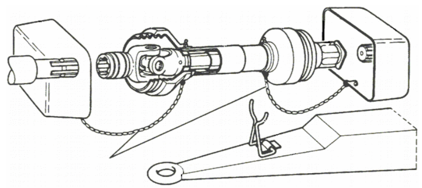
कार्डन शाफ्ट

सहयोगात्मक औजार विवरण में परिभाषित **उपकरणों के लिए रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को चिन्हित करता है।

- नियोक्ता उन उपकरणों के लिए प्रासंगिक **रोकथाम और सुरक्षा उपायों** को लागू करता है जो वास्तव में खेत में मौजूद हैं, जिनमें से कुछ नीचे दिए गए हैं।
- खेत में कार्य से संबंधित **रोकथाम और सुरक्षा उपाय** जिसे की इस सहायता किट में सम्मिलित नहीं किया गया है (या आंशिक रूप से सम्मिलित किया गया है, जो समुचित तरीके से खेत के वास्तविक स्थिति से मेल नहीं खाता) उसे नियोक्ता द्वारा जोड़ा जाएगा।

विवरण

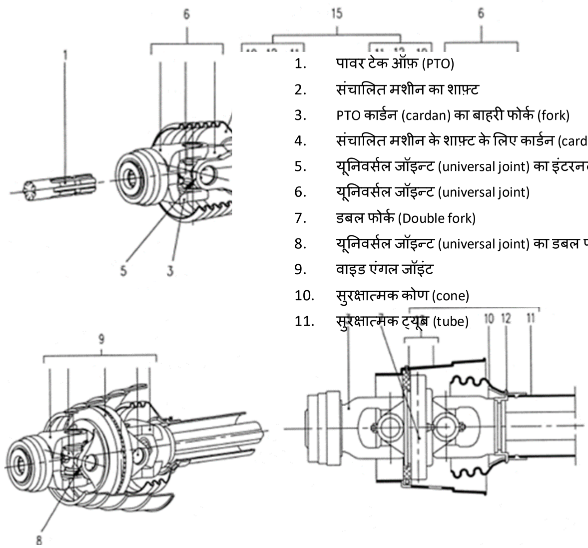
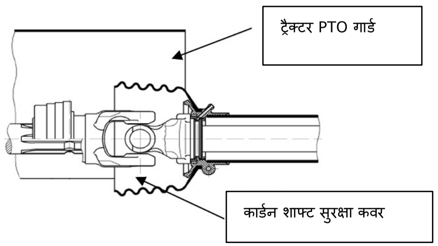
शीट कार्डन शाफ्ट (और उनकी सुरक्षा) के लिए सुरक्षा आवश्यकताओं को निर्दिष्ट करती है जो ड्राइविंग मशीनों की शक्ति को संचालित मशीनों के पहले निश्चित एलिमेंट तक ले जाती है।

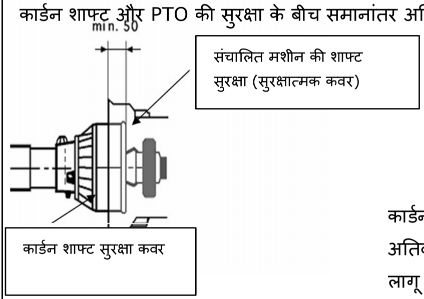


कानून, तकनीकी मानक और संदर्भित तकनीकी दस्तावेज

- D.Lgs. 81/08 और उसके बाद सम्बंधित संशोधन और परिवर्धन (शीर्षक III अध्याय I)।
- D.P.R. 459/99
- D.Lgs. 17/2010

मशीन डॉक्यूमेंटेशन	**संदर्भ**
निर्देश 2006/42/EC के अनुपालन की घोषणा। *06/03/2010 के बाद विपणन की गई सभी कार्डन शाफ्टों पर लागू होता है*	D.Lgs. 17/2010 लागू निर्देश 2006/42/EC
21/09/1996 से 5/03/2010 तक विपणन या कमीशन किये गए कार्डन शाफ़्ट (cardan shaft) के लिए सरकुलर 98/37/EC के तहत अनुरूप प्रमाण पत्र।	D.P.R. 459/96 लागू निर्देश 89/392/CEE, 91/368, 93/44 और 93/68
इस्तेमाल के निर्देश, सभी मशीनरी जो 21/09/1996 के बाद विपणन या कमीशन किये गए हैं, उन के लिए अनिवार्य है।	D.P.R. 459/96 लागू निर्देश 89/392/CEE, 91/368, 93/44 और 93/68 D.Lgs 17/2010 लागू निर्देश 2006/42/EC
इस्तेमाल करने के लिए जानकारी, प्रशिक्षण, प्रवेशण और योग्यता	**संदर्भ**
दस्तावेज जिससे प्रमाणित होता है कि ऑपरेटर को कार्डन शाफ़्ट (cardan shaft) चलाने के लिए जानकारी, प्रशिक्षण और समावेशन प्राप्त हुआ	D.Lgs. 81/2008 के अनुच्छेद 81/2008
संरक्षण	**संदर्भ**
सुरक्षा आवश्यकताओं को पूरा करने के लिए रखरखाव का कार्य पूरा करना।	D.lgs. 81/08, अनुच्छेद 71, पैरा 4, lett. a), बिंदु 2, पैरा 8, lett. *b)* और पैरा 9.

<table>
<tr><th colspan="2">सुरक्षा आवश्यकता</th></tr>
<tr><th>जोखिम</th><th>उपाय</th></tr>
<tr><td>झपकी लेना, चिकोटी काटना और कर्तन
चलते भागों के साथ आकस्मिक संपर्क के कारण होने वाले ज़ख्म</td><td>जैसा कि चित्र में दिखाया गया है, -यूनिवर्सल जॉइन्ट कार्डन शाफ्ट और वाइड-एंगल कार्डन शाफ्ट को फोर्क और टेलेस्कोपिंग ट्यूब के लिए सुसज्जित किया जाएगा :

1. पावर टेक ऑफ़ (PTO)
2. संचालित मशीन का शाफ़्ट
3. PTO कार्डन (cardan) का बाहरी फोर्क (fork)
4. संचालित मशीन के शाफ़्ट के लिए कार्डन (cardan) का बाहरी फोर्क (fork)
5. यूनिवर्सल जॉइन्ट (universal joint) का इंटरनल-फोर्क (Internal-fork) वाला छोड़
6. यूनिवर्सल जॉइन्ट (universal joint)
7. डबल फोर्क (Double fork)
8. यूनिवर्सल जॉइन्ट (universal joint) का डबल फोर्क (Double fork) वाला छोड़
9. वाइड एंगल जॉइंट
10. सुरक्षात्मक कोण (cone)
11. सुरक्षात्मक ट्यूब (tube)


कार्डन शाफ्ट और PTO की सुरक्षा के बीच समानांतर अतिव्यापी गारंटी दी जाएगी।


कार्डन शाफ्ट और संचालित मशीन के शाफ़्ट की सुरक्षा के लिए समानांतर अतिव्यापी कम से कम 50 mm दी जाएगी। इस तरह के न्यूनतम अतिव्यापी वाइड एंगल कार्डन शाफ्ट और जब क्लच (clutch) या अन्य उपकरणों का प्रयोग किया जाता है तब उन सुरक्षा उपकरणों पर भी लागू होंगे।

कार्डन शाफ्ट को शाफ्ट सुरक्षा को मोड़ने से रोकने के लिए एक रोके रखने वाले उपकरण (ज़ंजीर) से सुसज्जित किया जाएगा। रोके रखने वाला उपकरण सिस्टम शाफ्ट सुरक्षा से जुड़ा होगा और मशीन के निस्थिरतत्वों से जुड़ने के लिए स्प्रिंग हुक से लैस होगा।</td></tr>
</table>

जानकारी, प्रशिक्षण, और समावेशन

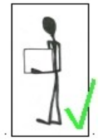
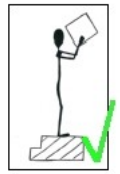
माल के मैन्युअल हैंडलिंग में जोखिम

- उपकरण बायोमेकेनिकल अधिभार, विशेष रूप से पृष्ठीय-काठ के लोगों के लिए चिकित्सा स्थितियों को विकसित करने के लिए जोखिम के कारणों के बारे में जानकारी और प्रशिक्षण के लिए न्यूनतम तत्वों की पहचान करता है, जो **माल के मैनुअल हैंडलिंग (MHL)** और इस तरह के हैंडलिंग तरीकों के कारण होता है।
- श्रमिकों को सूचित करने और प्रशिक्षण देने के दृष्टिकोण के साथ, वर्तमान उपकरण सहायता उपकरणों को पूरा करता है जहां यह उल्लेख किया गया है।
- MHL के संदर्भ में श्रमिकों को शामिल करने के लिए वर्तमान टूल की अंतर्वस्तु का प्रयोग किया जा सकता है।

जोखिम की परिभाषा और विवरण

माल का मैनुअल हैंडलिंग एक या एक से अधिक श्रमिकों द्वारा किए गए निम्न कार्यों को दर्शाता है: उठाना, पकड़ना, नीचे रखना, धक्का देना, खींचना, कम से कम 3 किलो भार विस्थापित करना।
MHL से जो क्षति उत्पन्न हो सकता है, वह संचयी है और बार-बार भार उठाने और संभालने की क्रियाओं के कारण, या चोट लगने पर घाव या फ़्रैक्चर जैसी वजहों से मस्केलोस्केलेटल प्रणाली में घिसाव के कारण होता है।
प्रत्येक श्रमिक की विशिष्ट विशेषताएं(लिंग, आयु, शारीरिक उपयुक्तता, अपर्याप्त या अपर्याप्त जानकारी या प्रशिक्षण), व्यक्तिगत जोखिम फ़ैक्टर हैं जो MHL द्वारा नुकसान की संभावना को प्रभावित करती हैं।
विशिष्ट सहायता उपकरणों के निर्देशों के अनुसार, MHL के संपर्क में आने वाले श्रमिक चिकित्सा निगरानी से गुजरते हैं।

<table>
<tr><th colspan="2">विचार किए जाने वाले तत्व</th><th>सही प्रदर्शन</th></tr>
<tr><td>माल का वजन</td><td>अधिकतम अनुशंसित वजन से अधिक भार को उठाने से मांसपेशी, हड्डी और जॉइंट पर वजन बढ़ जायेगा और पृष्ठीय-काठ (dorsal-lumbar) की स्थिति हो सकती है।</td><td>अधिकतम अनुशंसित वजन, किलो में:
<table>
<tr><th>उम्र</th><th>पुरुष</th><th>महिला</th></tr>
<tr><td>18 से 45 साल की उम्र</td><td>25</td><td>20</td></tr>
<tr><td>18 साल की उम्र तक और 45 साल की उम्र से ज्यादा</td><td>20</td><td>15</td></tr>
</table>
कृषि कार्यों में, जिसमें माल का मैनुअल संचालन शामिल है, वहां माल के वजन को सरल संगठनात्मक उपायों के माध्यम से कम किया जा सकता है, जैसे .:
- यदि संभव हो तो, कंटेनर की सामग्री को सीमित करना;
- एक समय में एक कंटेनर को संभालना;
- ठेला (wheelbarrow), ट्रॉलियों या अन्य पहिएदार उपकरणों और बक्सों का प्रयोग करना;
- जोड़े में कंटेनरों को संभालना (दो श्रमिक)
- दिन के दौरान कर्मचारियों के नियमित आवर्तन (rotation) को लागू करना।</td></tr>
<tr><td>भारी लोड</td><td>भार को शरीर के ज्यादा करीब रहने से मांसपेशियों में थकावट जल्दी होती है।
यह निर्यात के दौरान दृश्यता कम कर सकता है, जिससे गिरने के कारण चोट की संभावना बढ़ जाती है।</td><td>जब जमीन से एक माल उठाया जाता है (भले ही भारी न हो), अपने घुटनों को मोड़ें, संतुलन के लिए एक पैर आगे रखें, वस्तु को अपने शरीर के पास लाएं और लोड उठाते समय और अपनी पीठ को सीधा रखते हुए उठें।
जब निर्यात के दौरान माल की वजह से दृश्यता कम होती है, तो दो ऑपरेटर इसे संभालेंगे या एक ऑपरेटर हैंडलिंग उपकरण का प्रयोग करेगा।
 </td></tr>
<tr><td>मुश्किल से उठने वाला लोड</td><td>लोड के गिरने की ज्यादा संभावना होने के कारण यह चोट के जोखिम को बढ़ाता है।
मुड़ी हुई कलाई से माल उठाने और विस्थापित करने से मांसपेशियों की थकान बढ़ जाती है।</td><td>भार उठाकर ले जाने के लिए आदर्श तरीके में किसी हत्था जैसे हैंडल या उपयुक्त खांचे की आवश्यकता होती है। उंगलियों के अगले भाग से पकड़ने से बचें।
दोनों हाथों और सहज कलाइयों से लोड को संभालें।
 </td></tr>
<tr><td>अस्थिर या विषम लोड</td><td>अस्थिर या विषम लोड को ले जाने से मस्कुलोस्केलेटल (muscoloskeletal) तंत्र पर अधिक तनाव होता है, खासकर जब,उन तरल पदार्थों की वजह से, जिनका गुरुत्वाकर्षण केंद्र ले जाते समय बदलता रहता है।</td><td>सुनिश्चित करें कि माल का भार समान रूप से वितरित किया गया हो और उठाने और ले-जाने के दौरान यह हिलता-डुलता ना हो।
 </td></tr>
</table>

लोड को उठा कर ले जाते वक़्त शरीर से दूर रखा जाता है	जब लोड को उठा कर ले जाते वक़्त हाथों को शरीर से दूर रखा जाता है, तब मांसपेशियों में ज्यादा थकावट आती है।	लोड को उठाने के बाद ले-जाते वक़्त शरीर के जितना संभव हो उतना करीब रखा जाना चाहिए। 
ट्रंक आवर्तन (rotation) के साथ हैंडलिंग	जब माल को ट्रंक को घुमा करसंभाला जाता है, तो मस्कुलोस्केलेटल तंत्र अधिक तनाव में होता है।	अपनी ट्रंक (trunk) को घुमाने से बचें, यदि आवश्यक हो तो अपने पांव को घुमाने की बजाय पूरे शरीर को घुमाएं।
लोड हैंडलिंग ऊंचाई	लोड सँभालते वक़्त, माल की ऊंचाई से मांसपेशियों पर जोड़ पड़ता है।	भार संभाला जाना चाहिए: - उठाने और नीचे रखने के लिए समान ऊंचाइयों के साथ; - कंधे और निचे किये गए हाथों के बीच तक; - उठाने और रखने का स्तर सर से पांव तक हो। 
वातावरण	वह परिवेश जहां MHL किया जाता है, वहां मांसपेशियों की थकान और चोट के जोखिम को प्रभावित कर सकता है (हैंडलिंग के लिए कमरा, चलने हेतु फर्श, प्रकाश)।	हैंडलिंग शुरू करने से पहले: - ट्रिपिंग या दुष-प्रभाव के जोखिम को कम करने के लिए, किसी भी बाधा को हटा दें या उनसे बचने के लिए सर्वोत्तम रस्ते की पहचान करें; - सुनिश्चित करें कि ऑपरेटरों के जूते में फिसलन-रोधी तलवे हैं, और वे सही ढंग से पहने और बंधे हुए हैं; - अगर खराब रोशनी हो, तो सुनिश्चित करें कि कार्य क्षेत्र बाधा रहित है।
किसी वस्तु को उठाना और धकेलना	हरकत शुरू करने से गति बनाए रखने की तुलना में अधिक प्रयास की आवश्यकता होती है। ढलान, गीली फर्श, फिसलन या ऊबड़-खबर जमीन से मांसपेशियों में अधिक थकान हो सकती है और इसके कारण सामान अनियंत्रित होने की वजह से चोट लग सकता है।	सही परिवहन के लिए ठेले (wheelbarrow), ट्रॉली या पहियों से युक्त अन्य उपकरण का प्रयोग: - शुरुआत में ही सबसे सीधा और बाधा-मुक्त रास्ते का चयन कर लें; - झटके और दिशा के अचानक परिवर्तन या परिवहन के लगातार व्यवधान से बचें; - सामान को संभालने के लिए अपने शरीर के वजन का लाभ उठाएं: धक्का देते समय आगे की ओर झुकें और खींचते समय पीछे की ओर झुकें; - सुनिश्चित करें कि हैंडलिंग के लिए प्रयोग किए जाने वाले उपकरण सही अवस्था में हैं (पहिया, हैंडल, ब्रेकिंग सिस्टम यदि जरुरत हो, आदि)।

जानकारी, प्रशिक्षण, और समावेशन
भौतिक एजेंट - शोर के जोखिम

- उपकरण ध्वनि प्रदुषण का योगदान होने वाली बीमारी के कारणों के बारे में जानकारी और प्रशिक्षण के लिए न्यूनतम तत्वों की पहचान करता है और सुरक्षा और रोकथाम के उपायों को लागू करता है।
- ध्वनि प्रदुषण के संदर्भ में श्रमिकों को शामिल करने के लिए वर्तमान टूल की अंतर्वस्तु का प्रयोग किया जा सकता है।

जोखिम की परिभाषा और विवरण

ध्वनि प्रदुषण की वजह से एक व्यक्ति को जो नुकसान हो सकता है वह प्रत्यक्ष (सुनने की क्षमता में कमी) और अप्रत्यक्ष है (उच्च रक्तचाप, थकान, थकान, नींद न आना, चिड़चिड़ापन)।

क्षति की सीमा शोर की अवधि, शोर का प्रकार और तीव्रता पर निर्भर करती है। शोर का आकलन करते समय, निम्नलिखित चीजों पर विचार किया जाता है:

1. आठ घंटे के एक सामान्य कार्य दिवस के दौरान **दैनिक शोर का जोखिम स्तर ($L_{EX,8h,}$)** मापा जाता है। यह कार्यस्थल पर सभी तरह के शोर को संदर्भित करता है, जिसमें तेज़ शोर भी शामिल है। यदि लेवल समय से परिवर्तन होता है, तो मूल्यांकन किए जाने वाले दिन सबसे लगातार स्थिति के प्रतिनिधि होंगे।

2. आठ घंटे के पांच कार्य दिवसों के नाममात्र कामकाजी सप्ताह के लिए साप्ताहिक शोर एक्सपोज़र स्तर ($L_{EX,8h,}$) दैनिक एक्सपोज़र स्तरों पर मापा जाता है। ऐसे पैरामीटर का उपयोग तब किया जाता है जब एक्सपोज़र स्तर विभिन्न दिनों के माध्यम से उल्लेखनीय भिन्नता दिखाता है। यदि समय में स्तर बदलता है, तो मूल्यांकन किए जाने वाले सप्ताह को सबसे लगातार स्थिति का प्रतिनिधि होगा। साप्ताहिक शोर प्रदर्शन का मूल्यांकन अनिवार्य है यदि शोर का स्तर एक दिन से दूसरे दिन तक भिन्न होता है, हालांकि दैनिक सीमा मान कभी भी पार नहीं किया जा सकता है।

3. पीक साउंड प्रेशर (ppeak), जो कि तत्काल ध्वनि दबाव का अधिकतम मूल्य है (जैसे: एक हवाई जहाज को उतारना, एक शक्तिशाली प्रेस का धमाका, आदि)।

D.lgs. 81/08 दो **एक्सपोज़र सीमा मान** (ध्वनि दबाव स्तर) सेट करता है: **LEX=87 dB(A)** और शिखर ध्वनि दबाव स्तर: पी **ppeak=140 dB(C)**), जिसे पार नहीं किया जा सकता है। यदि ऐसी सीमाएं पार हो जाती हैं, तो नियोक्ता तुरंत उन उपायों को लागू करेगा जो ऐसे मूल्यों के नीचे एक्सपोज़र स्तर लाने की अनुमति देते हैं।

मूल्यों को सीमित करने के अलावा, आगे के मूल्यों की पहचान की जाती है, जिसके आधार पर नियोक्ता अपनाई जाने वाली विभिन्न रोकथाम और सुरक्षा उपायों को स्थापित करता है: **ऊपरी एक्सपोज़र एक्शन वैल्यूज़ - LEX = 85 dB(A)** और **ppeak = 137 dB(C)** - और **कम एक्सपोज़र एक्शन वैल्यूज़ है - LEX = 80 dB(A)**और **ppeak = 135 dB(C)**।

नियोक्ता कर्मचारी को उनके शोर जोखिम स्तर के मूल्य के बारे में सूचित करेगा। यदि (दैनिक या साप्ताहिक) एक्सपोज़र कम कार्रवाई मूल्यों से अधिक है, तो नियोक्ता को कर्मचारियों को शोर जोखिम जोखिम के संदर्भ में सूचित और प्रशिक्षित करना होगा।

व्यक्तिगत एक्सपोज़र स्तरों के एक मजबूत उतार-चढ़ाव में प्रवेश करने वाली गतिविधियों के लिए, नियोक्ता एक शोर एक्सपोज़र मूल्य प्रदान कर सकता है जो ऊपरी कार्रवाई स्तर से अधिक है, रोकथाम के उपायों की गारंटी देता है: पीपीई, सूचना और

विचार किए जाने वाले तत्व		रोकथाम और संरक्षण के उपाय
शोर करने वाले उपकरण	शोर मुख्य रूप से कार्य उपकरण द्वारा उत्पन्न होता है। इसलिए, शोर के उत्सर्जन को, कम शोर पैदा करने वाले उपकरणों को चुनकर या जहां संभव हो, कार्य के उपकरणों के सबसे अधिक शोर पैदा करने वाले भाग को इन्सुलेट करके कम किया जा सकता है।	कार्य उपकरण, किए जाने वाले कार्यों के अनुसार और सबसे कम शोर उत्सर्जन करने वालों में से चुने जाएंगे। शोर उत्सर्जन स्तर को कम रखने के लिए उपकरणों के रख-रखाव का ख्याल रखा जाएगा। प्रत्येक श्रमिक: • कार्य के लिए उपकरण का सही ढंग से प्रयोग करेगा; • किसी भी खराबी की तुरंत सूचना देगा; • जानबूझकर उन कार्यों को करने से बचें जो उनकी जिम्मेदारी में नहीं आते हैं, या जो उनकी सुरक्षा या अन्य श्रमिकों की सुरक्षा से समझौता कर सकता है।
कार्य संगठन	दोनों गतिविधियों को निष्पादित करने और प्रत्येक कार्यकर्ता की व्यक्तिगत विशेषताओं (उम्र, शरीर, बीमारी) को देखते हुए, एक प्रभावी कार्य संगठन के रूप में ध्वनि प्रदुषण को पर्याप्त रूप से कम किया जा सकता है।	शोर की अवधि और तीव्रता में कमी के माध्यम से शोर के जोखिम को कम किया जा सकता है। इसके लिए ऑपरेटर अलग-अलग कार्यों को करने के लिए बारी-बारी से काम करते हैं और पर्याप्त ब्रेक के साथ उपयुक्त कार्य का समय निर्धारित करते हैं। कर्मचारी इन मद में नियोक्ता के निर्देशों का पालन करेंगे: • कार्य करने के तरीकों का प्रयोग जो शोर को कम करने में मदद करता है; • ध्वनि प्रदुषण के कारण स्वास्थ्य पर किसी भी प्रकार के नकारात्मक प्रभाव की पुष्टि और उसकी सूचना (अनुच्छेद 184, पैरा 1, letter d)); • यदि संभव हो तो शोर के स्रोतों को (कंप्रेसर, जनरेटर इत्यादि) कार्य क्षेत्र से दूर विस्थापित करें या उसे हटा दें।

सुरक्षा संकेत	क्षेत्र या संचालन जहां शोर ऊपरी जोखिम कार्रवाई मूल्यों से अधिक है	उन क्षेत्रों में जहां ऑपरेशन श्रमिकों को शोर के स्तर तक उजागर कर सकते हैं जो ऊपरी कार्रवाई मूल्यों से अधिक होते हैं, समर्पित संकेतों से संकेत मिलता है। ऐसे क्षेत्रों को भी सीमांकित किया जाता है और यदि जोखिम जोखिम के द्वारा तकनीकी रूप से संभव है और उचित है तो पहुंच प्रतिबंधित है।
व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE)	यदि तकनीकी और संगठनात्मक उपायों से शोर को कम नहीं किया जा सकता है, पीपीई के उपयोग को लागू करना अनिवार्य है। पीपीई का चयन प्रत्येक कार्यकर्ता के लिए व्यक्तिगत एर्गोनॉमिक्स और स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर विचार करता है। उदाहरण के लिए, इयरप्लग का उपयोग तीव्र पसीना (उच्च तापमान पर काम करना, बहुत नम वातावरण) या जब चश्मा पहना जाता है के मामले में किया जा सकता है।	जब निचले क्रिया मान (801 = (**LEX = 80 dB(A), ppeak = 135 dB(C))** पार हो जाते हैं, तो कर्मचारियों को श्रवण सुरक्षा उपलब्ध कराई जाएगी। यदि शोर एक्सपोज़र ऊपरी क्रिया मान **(LEX = 85 dB(A), ppeak = 137 dB(C))**से अधिक या बराबर है, तो श्रवण सुरक्षा का उपयोग अनिवार्य है। श्रवण सुरक्षा को उन आवश्यकताओं के अनुरूप होने चाहिए जो कि प्रदर्शन किए जाने वाले कार्य और उन्हें पहनने वाले व्यक्ति के अनुसार अलग-अलग हैं। उन्हें चुनते समय, प्रत्येक कर्मचारी की विशिष्ट विशेषताओं पर भी विचार करने की आवश्यकता होती है, जैसे संकीर्ण कान नहर, चश्मे का उपयोग या अन्य पीपीई (हेलमेट, काले चश्मे, श्वासयंत्र)। कर्मचारियों को चाहिए कि वे: • पीपीई पहनें, यदि लागू हो, और इसे उचित रूप से उपयोग करें; • नियोक्ता या किसी भी दोष या पीपीई की खराबी के पर्यवेक्षक को सूचित करें; • प्राप्त पीपीई का ध्यान रखें और इसके साथ छेड़छाड़ से बचें।
श्रवण सुरक्षा का उपयोग करते हैं	कृषि गतिविधियों में जहां कम कार्रवाई मूल्य पार हो जाते हैं, वे कर्मचारी जो पीपीई प्राप्त करते हैं, वे भी इसके उपयोग के लिए एक विशिष्ट प्रशिक्षण प्राप्त करते हैं और इसके चयन के लिए एक राय मांगी जाती है।	पीपीई का उपयोग उन गतिविधियों की शुरुआत से किया जाना चाहिए जो शोर के जोखिम का कारण बनते हैं, और जब तक वे पूरा नहीं हो जाते हैं; अन्यथा वास्तविक सुरक्षा को दृढ़ता से कम किया जा सकता है। श्रवण सुरक्षा के प्रकार: **इयरप्लग**: बाहरी ध्वनिक कान में डालने के लिए, उन्हें रबर, फाइबरग्लास, कपास के साथ मिलाकर बनाया जा सकता है। वे ध्वनि स्तर को 10 से 35 dB(A) तक कम कर सकते हैं। वे हो सकते है: - पुन: प्रयोज्य: प्रत्येक उपयोग के बाद धोया जाना, उपयोगकर्ता को फिट करने के लिए विभिन्न आकारों में उपलब्ध है - डिस्पोजेबल: अधिक स्वच्छ। **मेहराब के साथ इयरप्लग**: एक लचीले आर्च और बदली हुई फोम प्लग से सुसज्जित, वे उन लोगों के लिए उपयुक्त हैं जो शोर के वातावरण से अक्सर बाहर। शोर के वातावरण से अक्सर बाहर। गर्म और नम वातावरण में डिस्पोजेबल प्लग या आर्क प्लग की सिफारिश की जाती है, जब कार्यकर्ता अपने सिर को अक्सर हिलाता है या जब अन्य पीपीई सिर पर पहना जाता है (हेलमेट, काले चश्मे) **Earmuffs**: दो प्लास्टिक कठोर इयरकिंग्स से बना है, जो पिना, एक लोचदार आर्क और एक पॉलीयुरेथेन अस्तर के लिए अनुकूल हो सकता है। वे उत्कृष्ट रक्षक हैं और 25 से 40 dB(A) से शोर को कम कर सकते हैं, इसलिए विशेष रूप से शोर के वातावरण के लिए सिफारिश की जाती है। छोटी अवधि के शोर के बार-बार उजागर होने की स्थिति में एर्मफ्स (Earmuffs) एक बेहतर विकल्प है, जब उन्हें अक्सर निकालने की आवश्यकता होती है, और सूजन के मामले में हमेशा तरल या धूल से किसी भी संदूषण से बचने के लिए, साफ हाथों से संरक्षकों को संभालें, जिससे जलन हो सकती है। पुन: प्रयोज्य संरक्षक की नियमित रूप से जाँच और सफाई की जाएगी। डिस्पोजेबल प्लग का पुन: उपयोग नहीं किया जा सकता है, जबकि अन्य प्लग को पहनने से पहले सावधानी से धोया जाएगा। पुन: प्रयोज्य पीपीई हमेशा एक ही व्यक्ति द्वारा पहना जाएगा; हालाँकि, इयरमफ को साझा किया जा सकता है यदि पैड पर डिस्पोजेबल कवर का उपयोग किया जाता है। पीपीई को निर्माता के निर्देशों के अनुपालन में संग्रहीत किया जाना चाहिए, और अक्सर दोष या क्षति के लिए जाँच की जानी चाहिए। वॉर्न-आउट इयरमफ पैड और विकृत इयरप्लग मेहराब को प्रतिस्थापित किया जाना चाहिए।
चिकित्सा निगरानी	उन कृषि गतिविधियों में जहां शोर के लिए ऊपरी कार्रवाई मूल्य पार हो गए हैं, श्रमिक चिकित्सा निगरानी के अधीन हैं।	जब शोर के लिए ऊपरी कार्रवाई मान पार हो जाते हैं, तो नियोक्ता को एक व्यावसायिक स्वास्थ्य चिकित्सक नियुक्त करना चाहिए। जिन श्रमिकों का प्रदर्शन ऊपरी क्रिया के मूल्यों से अधिक होता है, वे हर साल किए जाने वाले चिकित्सीय परीक्षाओं के अधीन होते हैं, या व्यावसायिक स्वास्थ्य चिकित्सक द्वारा स्थापित विभिन्न आवृत्ति के साथ होते हैं। चिकित्सा निगरानी का विस्तार उन कर्मचारियों के लिए किया जाता है, जिनका एक्सपोज़र कम एक्शन वैल्यूज़ से अधिक होता है, यदि यह अनुरोध करता है और यदि चिकित्सक इसकी उपयुक्तता की पुष्टि करता है। व्यावसायिक स्वास्थ्य चिकित्सक द्वारा स्थापित के रूप में श्रमिकों को चिकित्सा परीक्षा से गुजरना होगा। यदि ओटोटॉक्सिक पदार्थों का उपयोग किया जाता है (जैसे टोल्यूनि, सीसा, मैंगनीज, एन-ब्यूटाइल अल्कोहल), चिकित्सा निगरानी उसी के अनुसार की जाती है

जानकारी, प्रशिक्षण, और समावेशन

भौतिक एजेंट - कंपन के जोखिम

- उपकरण कंपन जोखिम के कारण चिकित्सा स्थितियों को विकसित करने के लिए जोखिम **के कारणों के बारे में जानकारी और प्रशिक्षण के लिए न्यूनतम तत्वों की पहचान करता है,** और सुरक्षा और **रोकथाम के उपायों के बारे में कार्यान्वित किया जाता है**।
- वर्तमान उपकरण की सामग्री का उपयोग कंपन के संदर्भ में श्रमिकों को शामिल करने के लिए किया जा सकता है।

जोखिम की परिभाषा और विवरण

कंपन के संपर्क में पूरे शरीर या सिर्फ हाथ-हाथ प्रणाली शामिल हो सकती है।

पूरे शरीर के लिए कंपन का एक्सपोजर आमतौर पर परिवहन या हैंडलिंग के साधनों पर काम की गतिविधियों के प्रदर्शन के कारण होता है, जबकि हाथों और हथियारों के लिए संपर्क आमतौर पर हाथ और मैनुअल उपकरण या हाथ से संचालित मशीनरी की पकड़ के कारण होता है।

कंपन को ट्रैक्टर या हार्वेस्टर जैसी मशीनों द्वारा पूरे शरीर में स्थानांतरित किया जा सकता है, जबकि हाथों और हथियारों को व्यक्त किए जाने वाले कंपन के स्रोत कानून निर्माता, वॉक-पीछे टिलर, चेनसॉ और ब्रश कटर हो सकते हैं।
पूरे शरीर के जोखिम से संबंधित स्वास्थ्य समस्याएं मुख्य रूप से ऑस्टियोआर्टिकुलर (पीठ के निचले हिस्से में दर्द, डिस्क रोग, डिस्क हर्निया, आदि) हैं।
हाथ और हाथ के संपर्क से संबंधित स्वास्थ्य समस्याएं मुख्य रूप से न्यूरोवस्कुलर (रायानौड सिंड्रोम, जिसे "कंपन सफेद उंगली", आदि के रूप में भी जाना जाता है)।

एक्सपोजर के स्तर का मूल्यांकन कार्य की स्थितियों को देखते हुए और उपकरण के क्षेत्र में उपलब्ध **सूचनाओं** के संदर्भ में या निर्माता द्वारा प्रदान की गई जानकारी को अनुपस्थित करने के लिए किया जा सकता है। यदि नियोक्ता एक कंपन जोखिम जोखिम का आकलन करता है जो कार्रवाई मूल्यों से अधिक है, तो वे उजागर श्रमिकों को सूचित करेंगे और रोकथाम और सुरक्षा उपायों, विशेष रूप से पीपीई, सूचना और प्रशिक्षण और चिकित्सा निगरानी की गारंटी देंगे।
कंपन जोखिम जोखिम का आकलन करते समय, निम्नलिखित पर विचार किया जाता है:

1. हाथ और आर्म्स में A(8) को प्रेषित कंपन के दैनिक संपर्क: 8 घंटे के नाममात्र कार्य दिवस के दौरान मापा गया त्वरण का औसत मान।

2. पूरे शरीर ए (8) को प्रेषित कंपन के साप्ताहिक जोखिम: 8 घंटे के नाममात्र कार्य दिवस के दौरान मापा गया त्वरण का औसत मूल्य।

D.lgs. 81/2008 और बाद के संशोधन और परिवर्धन **एक्सपोज़र सीमा मानों को निर्धारित** करते हैं जिन्हें पार नहीं किया जा सकता है। यदि ऐसी सीमाएं पार हो जाती हैं, तो नियोक्ता तुरंत उन उपायों को लागू करेगा जो ऐसे मूल्यों के नीचे एक्सपोज़र स्तर लाने की अनुमति देते हैं।

हाथों और हाथों पर संचारित कंपन के लिए 8 घंटे की दैनिक सीमा मान **A (8) = 5 m / s²** है, जबकि थोड़े समय के लिए **A (8) = 20 m / s²** है। पूरे शरीर में संचारित कंपन के लिए 8 घंटे की दैनिक सीमा मान **A (8) = 1.0 m / s²** है, जबकि थोड़े समय के लिए **A (8) = 1.5 m / s²** है।

मूल्यों को सीमित करने के अलावा, डी.एल.जी. 81/2008 और बाद के संशोधन और परिवर्धन आगे के मूल्यों को निर्धारित करते हैं, जिसके आधार पर नियोक्ता प्रासंगिक रोकथाम और सुरक्षा उपायों की पहचान करेगा: **हाथ-आर्म सिस्टम के लिए 8 घंटे के लिए दैनिक एक्शन वैल्यू - A(8) = 2.5 m/s²** और **पूरे शरीर के लिए 8 घंटे के लिए दैनिक एक्शन मूल्य - A(8) = 0.5 m/s²।**
यदि दैनिक प्रदर्शन स्तर बहुत अधिक परिवर्तनशील है, तो अधिकतम आवर्ती दैनिक स्तर पर विचार किया जाएगा।

विचार किए जाने वाले तत्व		रोकथाम और संरक्षण के उपाय
काम उपकरण जो कंपन पैदा करता है	कंपन मुख्य रूप से कार्य उपकरण द्वारा उत्पादित किए जाते हैं। इसलिए, कम कंपन उत्पन्न करने वाले उपकरणों का चयन करके अपने स्रोत पर कंपन जोखिम को कम किया जा सकता है।	कार्य उपकरण का प्रदर्शन किए जाने वाले कार्य के अनुसार सबसे कम कंपन स्तर वाले लोगों में किया जाएगा। जब दैनिक क्रिया की सीमा पार हो जाती है, तो नियोक्ता ऐसे मूल्य से नीचे एक्सपोज़र स्तर लाने के लिए तत्काल उपायों को लागू करता है। हैंड-आर्म एक्सपोज़र के मामले में, वे श्रमिकों को कुशन ग्रिप टूल के साथ थर्मल इंसुलेशन कोटिंग के साथ या एंटी-वाइब्रेशन दस्ताने के साथ प्रदान कर सकते हैं, जो ठंडे तापमान से भी बचाते हैं जो कंपन को नुकसान पहुंचाते हैं। पूरे शरीर के संपर्क के मामले में, नियोक्ता वाहन और चालक के अनुसार समायोजित करने के लिए शॉक-माइटिंग सिटिंग सीट प्रदान करेगा। काम के उपकरणों को बनाए रखा जाएगा ताकि कंपन के स्तर को कम रखा जा सके, समय-समय पर भिगोने वाले तत्वों को पहनने के लिए चाक किया जा सके। प्रत्येक श्रमिक: • कार्य के लिए उपकरण का सही ढंग से प्रयोग करेगा; • किसी भी खराबी की तुरंत सूचना देगा; • ऐसे ऑपरेशन या कार्य करने से बचें जो उनकी सुरक्षा या अन्य श्रमिकों से समझौता कर सकते हैं।

कार्य संगठन	दोनों गतिविधियों को निष्पादित करने और प्रत्येक कार्यकर्ता की व्यक्तिगत विशेषताओं (उम्र, शरीर, बीमारी) को देखते हुए, एक प्रभावी कार्य संगठन के रूप में कंपन को पर्याप्त रूप से कम किया जा सकता है।	जोखिम को अवधि और तीव्रता में कमी के माध्यम से भी कम किया जा सकता है, जिससे ऑपरेटर अलग-अलग कार्यों को करने के लिए बारी-बारी से काम करते हैं और पर्याप्त ब्रेक के साथ उपयुक्त काम के घंटे स्थापित करते हैं। कर्मचारी इन मद में नियोक्ता के निर्देशों का पालन करेंगे: • काम करने के तरीकों का उपयोग जो कंपन के लिए एक छोटे से जोखिम की अनुमति देता है; • काम करने के तरीकों का उपयोग जिसमें कंपन के लिए एक छोटे जोखिम की आवश्यकता होती है; • उच्च कंपन जोखिम कार्यों के प्रदर्शन के लिए कई श्रमिकों के बीच मुड़ता है; • जब भी ड्राइवर बदलता है, वाहन की सीट की जाँच और समायोजन करना; • अंडर -18 और गर्भवती महिलाओं के लिए कार्रवाई स्तर की तुलना में कंपन के लिए उच्च जोखिम के साथ संचालन को रोकना।
व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण (PPE)	यदि तकनीकी और संगठनात्मक उपायों के माध्यम से कंपन का उत्सर्जन स्तर पर्याप्त रूप से कम नहीं किया जा सकता है, तो पीपीई का उपयोग करना अनिवार्य है। पीपीई का चयन प्रत्येक कार्यकर्ता के लिए व्यक्तिगत एर्गोनॉमिक्स और स्वास्थ्य आवश्यकताओं पर विचार करता है।	यदि दैनिक कार्रवाई मूल्य (हाथ-हाथ या शरीर के लिए) से अधिक है, तो सुरक्षा उपकरण श्रमिकों को उपलब्ध कराया जाएगा। पीपीई को उन आवश्यकताओं के अनुरूप होने चाहिए जो कि प्रदर्शन किए जाने वाले कार्य और उन्हें पहनने वाले व्यक्ति के अनुसार अलग-अलग हैं। इसे चुनते समय, प्रत्येक कार्यकर्ता की विशिष्ट विशेषताओं पर भी विचार करने की आवश्यकता होती है। कर्मचारियों को चाहिए कि वे: • पीपीई पहनें और इसे उचित रूप से उपयोग करें; • किसी भी दोष या पीपीई की खराबी के नियोक्ता को सूचित करें जो उसने प्राप्त किया था; • प्राप्त पीपीई का ध्यान रखें और इसके साथ छेड़छाड़ से बचें।