• شنبه • ۱۷ آبان ۹۹ • شماره ۲۵۲

ایمنی بالای داربست!

تجهیزات مراقبتی کارگران ساختمانی چیست؟

پژمان سلطانی
روزنامه‌نگار

گزارش

بعضی رفتارها، شجاعت نیست! برای مثال بالا رفتن از داربست ساختمانی بدون پوشیدن کفش مناسب؛ کار کردن در فضای داخلی یا خارجی ساختمان نیمه‌کاره، بدون کلاه ایمنی و یا کار کردن در ارتفاعات، بدون قلاب کمر محافظ. گاهی همه وسایل مهیا است و ما از استفاده از آنها امتناع می‌کنیم و گاهی وسایل مهیا نیست و اعتراضی نمی‌کنیم! هر دوی این رفتارها، نابه‌جاست. برای کار -کار بهتر- باید از وسایل ایمنی استفاده کنیم. ببینیم در کارگاه‌های ساختمانی، برای حفظ سلامتی نیاز به چه وسایلی است و در نبودن آنها چه آسیب‌هایی جسمی و البته به دنبال آن، آسیب‌هایی روحی ناشی از خانه‌نشینی و از کارافتادگی را باید تحمل کنیم.

هر نوع وسیله اضافی که به بدن، دست، پا، کفش و... شما متصل باشد، می‌تواند خطرآفرین باشد

پوشیده باشید

ایمنی را از شرایط پیش آمده شروع کنیم! یعنی اینکه پیش از توصیه به استفاده از کلاه ایمنی، لازم است ماسک بزنید. به این دلیل که فاصله شما تا همکارتان در محل کار، بسیار کم است. بنابراین احتمال انتقال ویروس کرونا وجود دارد. بهتر است از ماسک‌ها با قدرت محافظتی بیشتر مانند (N95) استفاده کنید. این ماسک‌ها، دیرتر هم مرطوب شده و نیاز به تعویض مکرر آن در حین کار نیست.

ضدعفونی کنید

درست است که نمی‌شود آجر و گچ و سیمان و... را ضدعفونی کرد؛ اما دستکش، کلاه، وسایل کار روی میز و... را می‌توان و باید با الکل یا ژل، ضدعفونی کرد. به این دلیل که ویروس کرونا، در همین وسایلی که به نظر شما نمی‌آیند هم نهفته است. بهتر است پس از پایان کار، لباس‌ها را در جایی بگذارید که آفتاب بخورند یا اینکه آنها را هر روز بعد از پایان کار بشویید و در آفتاب خشک کنید.

پی.پی.ای خود را بپوشید

قبل از شروع کار باید (PPE) شما کامل باشد! اینکه گفتیم، یعنی چه؟ یعنی اینکه پیش از شروع کار باید وسایل ایمنی شخصی را پوشیده باشید. این وسایل شامل کلاه ایمنی، دستکش کار، لباس کار، کفش کار و عینک (درصورت لزوم) است. هر کدام از اینها باید چه ویژگی‌ای داشته باشند؟

۱- کلاه ایمنی: این کلاه باید کاملاً اندازه سر شما باشد. بند آن سالم بوده و حین کار باید بسته شود. جنس آن باید مقاوم به ضربه باشد. رنگ آن باید قرمز یا زرد باشد تا رنگ آن در تاریکی هم مشخص شود.

نکته: اگر به کلاه حساسیت دارید یا سر شما در کلاه عرق می‌کند، کلاه نخی نازکی سر کنید و بعد کلاه را بگذارید.

۲- دستکش کار: جنس دستکش باید کاملاً متناسب با نوع کار شما باشد. برای مثال اگر موادی که با آن کار می‌کنید، خورنده است؛ باید دستکش به آن مقاوم باشد. دستکش باید اندازه دست شما باشد. هیچگونه سوراخ یا درزی که از آن مواد داخل دستکش شود وجود نداشته باشد.

نکته ۱: اگر به دستکش حساسیت دارید، زیر آن دستکش نخی بپوشید و بعد دستکش را دست کنید.

نکته ۲: دستکش نباید حتی برای چند دقیقه مشترک استفاده شود. به این دلیل که می‌تواند عامل انتقال آلودگی‌های احتمالی از پوست یا ناخن دست شما به فرد دیگر شود.

۳- لباس کار: مانند دستکش، لباس هم باید بدن شما را در مقابل آسیب‌های موجود در محیط کار، محافظت کند. این لباس باید اندازه شما باشد تا در حین کار دست و پای شما را نگیرد. قابل شست‌وشو بوده و در اثر شستن، به سرعت خراب نشود.

نکته ۱: لباس کار را نباید حتی برای چند ساعت، از دیگری قرض گرفت. به این دلیل که می‌تواند عامل انتقال بیماری -هر نوع بیماری پوستی‌ای- از بدنی به بدن دیگر شود.

نکته ۲: لباس کار باید هر روز یا یک روز درمیان شسته شود. باقیمانده مواد یا عرق بدن در لباس، می‌تواند زمینه‌ساز ایجاد مشکلات و بیماری‌های پوستی شود.

نکته ۳: معمولاً لباس کار را روی لباس سبک دیگری می‌پوشند. بهتر است لباس زیر لباس کار، نخی باشد.

۴- کفش کار: کفش هم مانند دیگر تکه‌های لباس کار، متناسب با کار باشد. برای مثال اگر احتمال افتادن اجسام سخت روی پا وجود دارد، کفش باید به ضربه مقاوم باشد. اگر احتمال سُر خوردن وجود دارد، باید کفش، عاج‌دار باشد. کفش کار باید کاملاً اندازه پا باشد. حتماً با کفش کار جوراب مناسب -مثلاً جوراب حوله‌ای- بپوشید.

نکته: کفش کار را باید شسته و یا اسپری ضدعفونی مناسب کفش به داخل آن بزنید تا اولاً بوی نامطلوب در آن ایجاد نشود. ثانیاً، مکانی برای تجمع آلودگی‌هایی که به پوست صدمه می‌زنند -مانند قارچ‌ها- نشوند.

۵- عینک: معمولاً جوشکارها برای کار عینک می‌زنند. اما تنها مورد استفاده از عینک محافظ، اینجا نیست. در حین کار در بخش‌های بیرونی ساختمان، ساعت‌های طولانی در معرض آفتاب هستید؛ پس باید عینک بزنید. برای محافظت از چشم در مقابل پریدن ذرات شن، ماسه، آجر شکسته و... نیز بهتر است عینک بزنید.

نکته: اگر عینک طبی استفاده می‌کنید؛ بهتر است عینک محافظ، متناسب با شماره چشم‌تان هم داشته باشید.

محکم و مطمئن ببندید

یکی از مراکز خطر در کارگاه‌های ساختمانی، داربست‌ها، به‌ویژه داربست‌های بلند است. زنگ‌زدگی اتصالات، استفاده نکردن از ابزار مناسب برای محکم کردن میله‌ها، سنگین بودن بیش از اندازه داربست، عدم توجه به تحمل داربست به نسبت کارگر فعال روی آن و... بسیاری از عوامل ریز و درشت باعث ریزش این داربست‌ها یا افتادن قسمتی از آنها و آسیب به کارگران می‌شود. بنابراین پیش از کار حتماً داربست‌ها را کنترل کنید.

از علائم استفاده شود

نقطه‌هایی از کارگاه ممکن است برق فشار قوی داشته باشد. نقطه‌ای دیگر محل عبور سیم، بخش دیگر اتصال به برق، گاز یا آب و... است. از آنجایی که ساختمان نیمه‌کاره و در حال کار است، ممکن است هر لحظه به این قسمت‌ها آسیب وارد شده و یا این بخش‌ها به هر دلیل به کارگران آسیب وارد کنند. بنابراین باید تابلوهای هشداردهنده در همه نقاط ساختمان نصب شود.

وسایل اضافه نداشته باشید

هر نوع وسیله اضافی که به بدن، دست، پا، کفش و... شما متصل باشد، می‌تواند خطرآفرین باشد. بنابراین حواس‌تان به بسته بودن بند کفش‌ها، بیرون نبودن بند یا آویز اضافی از لباس و... باشد. گیر کردن این وسایل به داربست یا بخش‌هایی از وسایل کار می‌تواند جان شما را تهدید کند.

با فناوری دوست شوید

باید راه کار کردن با وسایل جدید را یاد بگیرید. بخشی از این کار، مسئولیت شماست و بخشی دیگر مسئولیت کارفرما است که اولاً فناوری‌های جدید را به محل کار بیاورد و دوم اینکه کار با آنها به درستی آموزش داده شود. بنابراین اگر فناوری جدیدی به محل کار شما آورده شده، حتماً کار با آن را یاد بگیرید.

به خودتان رحم کنید

بله؛ قبول دارم که زندگی سخت است و بیکاری، در این شرایط اقتصادی، وحشتناک! اما اگر دچار نشانه‌های بیماری کووید-۱۹ شدید، سر کار نروید. به این دلیل که بدن شما ضعیف شده است و کار، می‌تواند این ضعف را تشدید کرده و مقاومت بدن شما در مقابل ویروس را به حداقل برساند. علاوه بر اینکه بیماری شما، می‌تواند کارگران و مهندسان یک ساختمان را بیمار کند. پس اول به خودتان و بعد به دیگران رحم کنید.

راهکارهایی برای کسب‌وکارهای خانگی

قوانین مهم کار در خانه

فرخ هاشمی
بازنشسته و مشاور مشاغل خانگی

اشتغالزایی

وقتی یک کسب‌وکار خانگی را آغاز می‌کنید، لازم است تا به یکسری از قواعد پایبند باشید. قوانینی که می‌توانند ضامن موفقیت شما باشند.

برنامه‌ریزی

یک برنامه پایه‌ای برای شغل خانگی‌تان به منظور مشخص کردن بینش کلی، شناخت بازار و نحوه موفقیت و فروش خود داشته باشید. این برنامه را هر شش ماه یک‌بار مجدداً بررسی کنید.

ایجاد فضای کار در خانه

حتماً میز کار و صندلی خوبی انتخاب کنید؛ چراکه شما بخش عمده زمان خود را پشت میز و روی صندلی خواهید نشست.

برخورد حرفه‌ای با مشتریان

وقتی مشتریان با شما تماس می‌گیرند، حتماً به شیوه‌ای حرفه‌ای به استقبال آن‌ها بروید. این امر شامل پاسخگویی به تلفن، ظاهر سایت، موقعیت شرکت و حتی مکانی که شما برای ملاقات با مشتریان خود انتخاب می‌کنید نیز می‌شود.

کارشناس شوید

خودرا در زمینه‌های مختلف با ارسال پیام‌های مختلف روی اینترنت یا نوشتن وبلاگ یا گزارش‌نویسی یا حتی میزبان یک رویداد به صورت کارشناس نشان دهید. کارشناس بودن به اعتبار شما می‌افزاید و در نتیجه مشتریان زیادی برای شما به همراه می‌آورد. ضمن اینکه شما می‌توانید در این شرایط به زمره مشاوران مؤسسات بپیوندید.

به یادگیری ادامه دهید

بخشی از کارشناس شدن، به ادامه یادگیری و آموزه‌های مختلف مربوط می‌شود. به آنچه دیگران در صنعت شما انجام می‌دهند، دقت زیادی کنید و در مورد کارآفرینان موفق مطالعه کنید.

از خانه خارج شوید

در مراسم و رویدادهای مختلف شرکت و در کلاس‌های مختلف ثبت‌نام کنید. خارج شدن از خانه برای شما مفید است بخصوص که می‌توانید از طریق تلفن همراه و رایانه خود با دنیای اینترنت در ارتباط باشید.

کار را به بهترین شکل انجام دهید

برای رشد شغل خانگی خود روی هسته اصلی محصولات شرکت تمرکز کنید و بقیه امور را به دیگران واگذار کنید. مسائلی همچون حسابداری، مدیریت و غیره را به عهده دیگران بگذارید.

به قوانین طلایی پایبند بمانید

برای اینکه شغل خانگی شما از تعادل لازم برخوردار باشد، یک‌سوم زمان خود را به سه موضوع مهم اختصاص دهید: توجه به مشتری، توسعه شغل خانگی و مدیریت. تنها به این شیوه قادر خواهید بود، که کسب‌وکار خانگی موفق داشته باشید.

کرونا

تولید ماسک مجهز به هدفون

در جهانی که ماسک زدن در آن به علت شیوع ویروس کرونا اجباری شده، هر روز شاهد ظهور خلاقیت‌های تازه‌ای هستیم و این‌بار ماسک دارای هدفون از راه رسیده است. پیش از این، ال‌جی ماسک مجهز به تصفیه هوا و دارای فن را عرضه کرده بود و یک شرکت ژاپنی نیز ماسکی تولید کرده بود که قادر به ترجمه محتوای ۸ زبان بود. حالا شرکت ماسک فون ماسکی ۵۰ دلاری عرضه کرده که برای اولین‌بار مجهز به هدفون بی‌سیم است. این هدفون‌ها را می‌توان به سادگی از ماسک جدا کرد تا خود ماسک را شست‌وشو داد. ماسک یادشده را می‌توان بارها شست و مورد استفاده قرار داد. هدفونی که همراه با این ماسک عرضه می‌شود توسط شرکت موتورولا عرضه شده است. برای کم و زیاد کردن صدای فایل صوتی در حال پخش و قطع یا پخش مجدد آن سه دکمه در گوشه سمت راست ماسک در نظر گرفته شده که کاربر با فشردن آنها می‌تواند در مورد پخش فایل‌های صوتی و صدای آنها تصمیم‌گیری کند. سازگاری این ماسک با بلوتوث دریافت فایل‌های صوتی از طریق گوشی یا هر منبع دیگر و پخش آنها را تسهیل می‌کند.

بازدید از نمایشگاه به کمک ربات‌ها

یک گالری در لندن با استفاده از ربات‌ها امکان بازدید از یک نمایشگاه بزرگ هنری را برای علاقه‌مندانی که در خانه‌های‌شان حضور دارند، فراهم کرده است. مسئولان این گالری نمایشگاه بزرگی از آثار «فیلیپ کولبرت» نقاش معاصر بریتانیایی برگزار کرده‌اند، اما نکته قابل توجه درباره این نمایشگاه آن است که علاوه بازدید حضوری، امکان بازدید غیرحضوری نیز به کمک ربات‌ها برای علاقه‌مندان فراهم شده است. این نمایشگاه تابلوهای نقاشی را به تصویر می‌کشد که در اغلب آن‌ها خرچنگی به چشم می‌خورد که به عنوان موضوع اصلی آثار «کولبرت» شناخته می‌شود. در این نمایشگاه ربات‌های کنترل از راه دور که دوربین‌هایی بر روی آن‌ها نصب شده‌اند فقط مختص بازدیدکنندگانی هستند که به صورت فیزیکی در محل نمایشگاه حاضر نشده‌اند. به این ترتیب علاقه‌مندانی که در خانه‌های‌شان حضور دارند می‌توانند بارزرو یک ربات از قسمت‌های مختلف این نمایشگاه بازدید کنند. به گفته مسئولان این گالری ایده برگزاری چنین نمایشگاهی در دوران قرنطینه شکل گرفته است.

آتیه نو
ATIYEHNO

شناسنامه

• صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری آهنگ آتیه (وابسته به سازمان تامین اجتماعی)
• مدیرمسئول: مازیار هوشمند
• زیرنظر شورای سردبیری
• مدیر هنری: سیدعلی‌رضا میرزامصطفی
• صفحه آرا: کتایون رحیمی
• عکس: شبنم رضوانی
• ویراستار: کورش اشرفی
• حروفچین: اکرم خاکپور
• ناظرچاپ: علی توتونی
• نشانی: میدان آرژانتین ، خیابان احمد قصیر خیابان دوازدهم، شماره ۲۲
• تلفن: ۴۵۴۳۶-۰۲۱
تحریریه: داخلی ۱۴۳
بازرگانی: داخلی ۱۱۲
www.Atiyehno.ir
• چاپ: هنر سرزمین سبز