

सामग्री प्रबंधन



क्या करें



1. संभाली जाने वाली सामग्रियों, उनके वजन, आकार और आकार का आकलन करें।
2. उन्हें कैसे स्थानांतरित किया जाएगा, इसके लिए एक योजना विकसित करें, यह सुनिश्चित करते हुए कि यह सुरक्षित और कुशलतापूर्वक किया जाए।
3. अच्छे शारीरिक आकार में रहें, खासकर जब सामान उठाना और ले जाना हो
4. सामग्री को आसान पहुंच के भीतर रखें।
5. उठाने से पहले सुनिश्चित करें कि आपकी पकड़ मजबूत है।
6. तनाव से बचने के लिए उठाने से पहले वस्तु के वजन का परीक्षण करें।
7. अपने शरीर को वस्तु के पास रखें और स्थिर स्थिति में खड़े रहें।
8. हमेशा अपने पैरों से उठाएं, जिससे आपकी पीठ पर तनाव कम हो। सुरक्षित रूप से उठाने की अपनी क्षमता से अधिक सामग्री लादने से बचें।
9. अनिवार्य व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरणों के साथ उचित दस्ताने का उपयोग करें



क्या नहीं करें



10. सुरक्षित रूप से उठाने की अपनी क्षमता से अधिक सामग्री लादने से बचें।
11. सामग्री प्रबंधन कार्यों के दौरान सुरक्षा प्रक्रियाओं को दरकिनार करने या शॉर्टकट अपनाने से बचें।
12. उचित प्रशिक्षण और पर्यवेक्षण के बिना अप्रशिक्षित या अनुभवहीन श्रमिकों को भारी मशीनरी चलाने या सामग्री संभालने की अनुमति न दें।
13. कभी भी आपातकालीन निकास, अग्नि लेन, या पहुंच मार्गों को सामग्री या उपकरण से अवरुद्ध न करें।
14. भारी वस्तुओं को गलत तरीके से उठाने से बचें, जिससे मांसपेशियों में खिंचाव आ सकता है और मस्कुलोस्केलेटल चोट लग सकती है।
15. कभी भी सामग्री 1.5 मीटर से अधिक ऊंचाई पर नहीं रखी जानी चाहिए।
16. यदि व्यक्तिगत सुरक्षा उपकरण उपलब्ध नहीं कराए गए हैं तो कभी भी काम शुरू न करें।