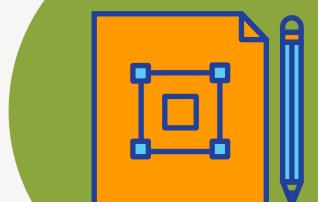


ក្នុងសៀវភៅរោគប់ការងារ និងសុវត្ថិភាពនៅក្នុងនៃនៅក្នុងផ្ទះការ:
ក្នុងសៀវភៅរោគប់ម្មាប់អ្នកសេដ្ឋកិច្ចសិទ្ធិជ្រកកែ
ន និងជនភេះសង្គមនៅក្នុងប្រទេសប៊ែ

ក្នុងសៀវភៅរោគប់ការងារ និងសុវត្ថិភាពនៅក្នុងនៃនៅក្នុងផ្ទះការ

ក្នុងសៀវភៅរោគប់ម្មាប់អ្នកសេដ្ឋកិច្ចសិទ្ធិជ្រកកែ ន និងជនភេះសង្គមនៅក្នុងប្រទេសប៊ែ





អំពីសិទ្ធិផ្លកកោនប្រទេសថែ

ເຕີໂທກເພື່ອສັນດູກ ?

តើពីរយ៉ាងធ្វើអីខ្លះ?

ជំនួយដែកច្បាប់

ក្រុមយេធាតីរបស់យើងនឹងផ្តល់ការប្រើក្នុងផ្ទៃកប្បាប់ដោយជាល់ និងជាតាំណាងដល់ជនភេះខ្មែរ ដើម្បីស្វែងរកសិទ្ធិជ្រកការណ៍ តាមរយៈនគរិតិវិធីនៃការកំណត់អតិថិជនភាគីជនភេះខ្មែរបស់ ខ្លួន ស្ថិតិភាពនៃការអង់ការសហប្រជាតិទិន្នន័យកដន្ឋីនៃក្រុមយេធាតីរបស់យើង និងសេវាការពាររដ្ឋីរង់ដល់ជនភេះខ្មែរ។ យើងក៏ផ្តល់ជូននូវសិក្សាសាលាដែលផ្តល់ការប្រើកប្បាប់ ស្ថិតិនិតិវិធីនៃការកំណត់អតិថិជនភាគីជនភេះខ្មែរ។

ការផ្តល់សិទ្ធិអំណោចដៃកច្ចាប់ដល់សហគមន៍ (CLE)

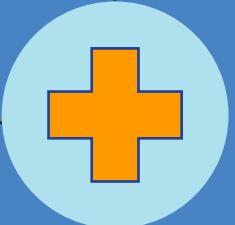
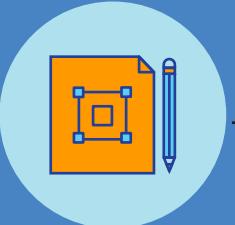
ເຄລນເພາດຍຕສູມຕີ

ເយືນດີສົມຄື ເຊີມີກາຜູ້ສູງກຳບັງຄຸງທານ ອີ່ຈົດກາແກ້ໄຂໂຄລະນເພາຕາຍເງື່ອງງາ ອີ່ຈົດ
ກຽບຂໍດູດູບູບໍ່ ເຊີມີກາຕົບຮູບພະບຸດູ ແລະກຳທິດຝົດເກົ່າສົ່ງຂອງທີກາວສ່ວນເອົາເພາຍສຸຮັບຖືກາ
ອີ່ຈົດກາແກ້ໄຂເພາຍເສີ້ຕາມເບຍ:ກາເງົ່າລູ່ງເບສ່ວນກັດຕັກກໍຕູງ, ກຽມກາເພາຍແບສ່ວນກົກ
ເຍືນເຊີມີກາຕົມ້ຍພູ້ກິດຕາລໃບ, ອີ່ກູ້ກໍ່ເພີ້ມກາເສັບປະຕົກ, ພັດກາຮັສ້ມສົ່ງລົມ,
ບັດງາຕາມມູລຸລູພູ້ນ ອີ່ຈົດຮັບຕົດ, ອີ່ຈົດຜົນເກົ່າສົ່ງຂອງເພາຍຂອງນັ້ນເພີ້ມີກົລມະໂຮສູງ:
ໄສບັນເງື່ອງງາຜົດໆຜົນເກົ່າສົ່ງຂອງກາເພົາກໍຕາກງຽບູຜົນດ້າຍຫຼູສາໂງງ້ຜົດເພັນເຜົ້າເພີ້ມີຢູ່ບໍ່ເຖິງ
ນີ້ ຄໍ່ຕົກບໍ່ສໍາເລັດໃຈ້ການເພົາກໍຕາກງຽບູຜົນດ້າຍຫຼູສາໂງງ້ຜົດເພັນເຜົ້າເພີ້ມີຢູ່ບໍ່ເຖິງ

ទំនាក់ទំនងពុកយើង

1111 / 151 ດາວໂຫຼນເມືັ້ງ,
ໄວສີຕູ້ (+66) 2513 5228

Email: thailand@asylumaccess.org



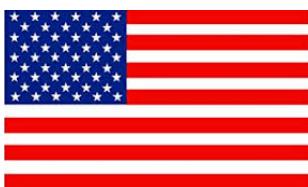
តាមផែមាត្រីក

1. ច្បាប់ការងារ	1
1.1 កិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្ម	2
1.2 កិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារ	3
2. សុវត្ថិភាពនៅកន្លែងការងារ	10
2.1 ការងារសាងសង់	11
2.2 ការងារនៅកោដនីយដ្ឋាន	14
2.3 ការងារនៅកោងចក្រកាត់ដៃ	16
2.4 ការងារទាក់ទងនឹងកសិកម្ម	17
2.5 ការងារអនាម៉យ	19
2.6 ការងាររៀបចំព្យាក់ផ្សាយ	22

ការរំលែក

ក្នុងសេវាឯករណីបញ្ជាក់ការងារ និង សុវត្ថិភាពនៅក្នុងនឹងធ្វើការ (ELS) នេះត្រូវបានដលិតដោយ AAT។ ខ្លួនសារនៃក្នុងសេវាឯករណីនេះមិនមែនផ្តល់ជីថ្មីនៅក្នុងច្បាប់ទេ នឹងកើតិនគ្គរពីការផ្តល់ការលើការខ្សោះដែរ។ រាយការណាមបំណងដើម្បីផ្តល់ព័ត៌មានទូទៅនៅក្នុងទម្រង់សង្គមបន្ថែមក្នុងពេលបច្ចាផ្ទៃដែលបានរាយការណាមបំណង។

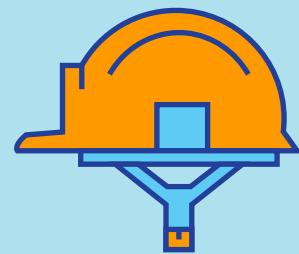
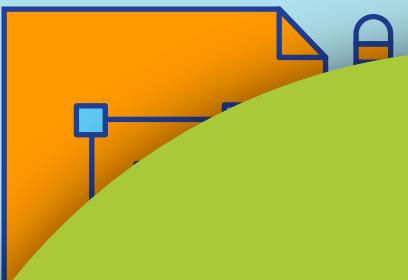
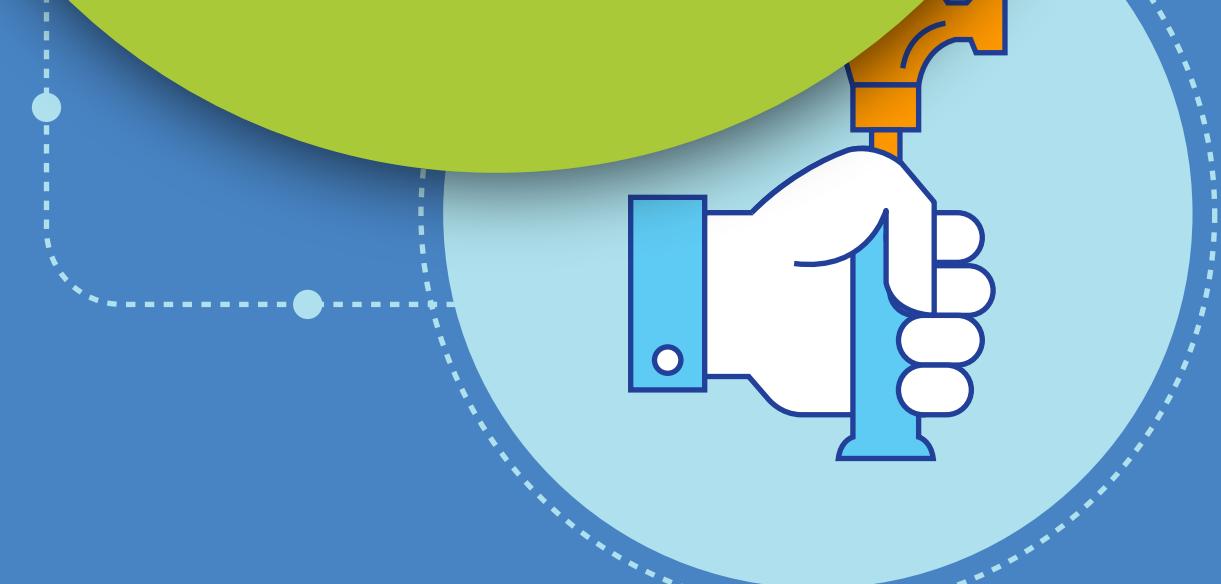
ព័ត៌មានផែលនៅក្នុងក្នុងសេវារោក ELS នេះគឺនៅក្នុងខេត្តក្រោម ឆ្នាំ 2020។ ព័ត៌មានអាប់រំសៀវភៅប៉ុណ្ណោះបានបញ្ជាក់ថា សូមត្រួតពិនិត្យដោយជាមួយ AAT ប្រសិនបើអ្នកមានចម្លំណាមួយ។



ជូល់មូលនិធិដោយផ្តាក់បាលសហរដ្ឋអាមេរិក

1

ច្បាប់ការងារ



កិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្ម

កិច្ចសន្យានេះគឺជាការព្រមព្រៀងរាងថែក និងបុគ្គលិកផ្តល់សេវាកម្មដើម្បីប្រើយកត្រាកំដែរបណ្តាលកម្មភាពនោះមិនធ្វើយឱ្យពិសណ្តាប់ចូលប់សង្គម និងសិលជម៉ូល។ កិច្ចសន្យាអាចជាការសរស់រៀបចំសេវាកម្មដែលអាចជាពាណេលដៃលាប់រៀបចំឡើយ និងមានពេលដៃលាប្តាស់លាស់។

ទាភេរណ៍: គ្រួបដោនម្នាក់ចុះកិច្ចសន្យាដាម្បីយសាលាដោនម្បីយដើម្បីបង្កើន។
ម្នាស់កោដនិយដ្ឋានម្បីយព្រមដូលអ្នករត់តុច្បរធ្វើការ 6 ថ្ងៃក្នុងម្បីយសាលាប័ណ្ណ។

ទិន្នន័យនៃកិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្ម

ទំនាក់ទំនង

កិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្មផ្តល់ជូនដោយមានសិទ្ធិ និងការត្រួតពិច្ចច្បាស់លាស់សម្រាប់តាមការតាំងសងងារ។ បុគ្គលិកមានត្បូនាទីផ្តល់សេវាកម្មខណៈពេលដៃកំណែមានត្បូនាទីផ្តល់ប្រាក់សម្រាប់សេវាកម្ម។ ប្រាកំត្រូវបង់ក្នុងពេលបែរម្បីយពេលដូចជា ប្រចាំថ្ងៃ ប្រចាំសប្តាហ៍ ប្រចាំខែ និងប្រចាំឆ្នាំ។

គោលបំណង

កិច្ចសន្យាប្រភេទនេះគឺស្ថិតក្រោមបទបញ្ចារបស់ថែក ដែលជាអ្នកបង្កើនបទបញ្ចារ និងទំនួលខុសត្រូវនៃបុគ្គលិក។

ប្រាកំឈ្មោះ

ប្រាកំឈ្មោះនឹងត្រូវបង់សម្រាប់សេវាកម្មទៅតាមកិច្ចសន្យា និងព្រមព្រៀង

ការបញ្ចប់កិច្ចសន្យា

សម្រាប់ទាំងកិច្ចសន្យាច្នាល់មាត់ គិច្ចសន្យាជាលាយលក្ខណ៍អក្សរ ប្រសិនបើកិច្ចសន្យាសម្រប់ការងារមិនបានបញ្ចប់រយៈពេលណាមួយឡើង តាតីណាមួយអាចបញ្ចប់កិច្ចសន្យាដោយ ផ្តល់ទូរតាកិម្មាងឡើតនូវលិខិតជូនដំណឹងមុន វិនេ ឬចែងដែលបើកប្រាក់លួលមកដល់ដើម្បីទូរមាន ប្រសិទ្ធភាពដល់ចែងទូទាត់ប្រាក់។

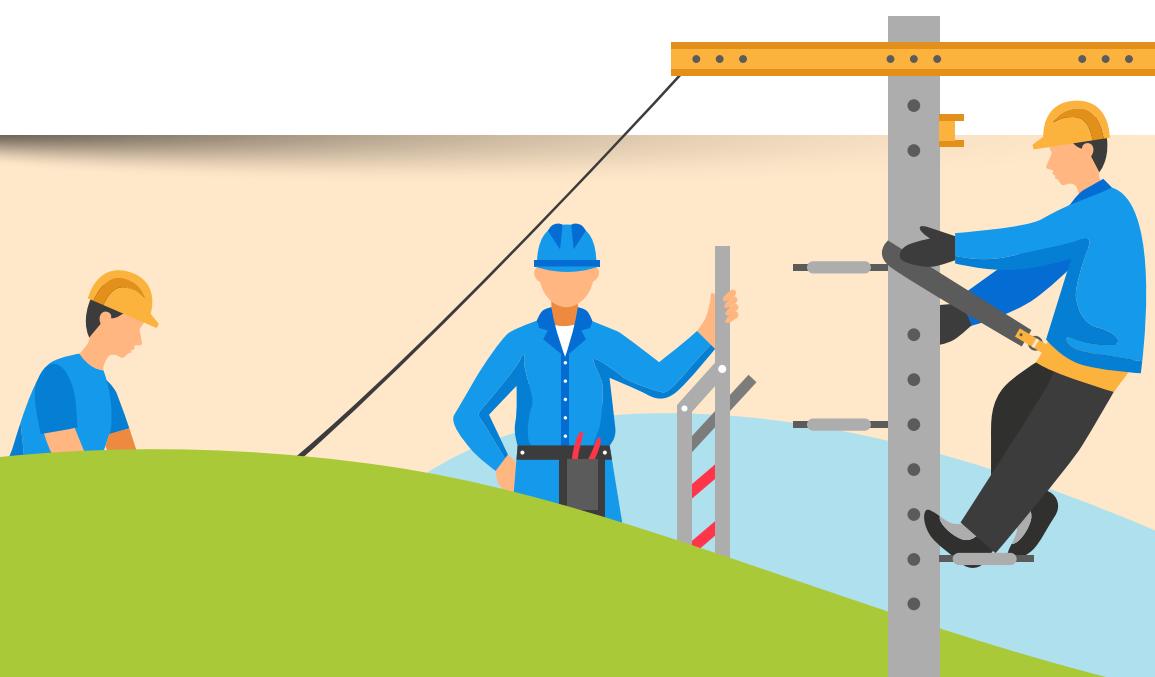
ប្រាក់បំណាត់

ប្រសិនបើថ្វីកិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្មដោយគ្មានមូលហេតុប្រាស់លាស់ដូចជាបង្គការខូចខាតដោយចេតនាថោលីថ្វីកិច្ចសន្យាបំការងារ ធ្វើដៃឡើត ជូនដែលបានចែងក្នុងប្រាប់ ថ្វីកិច្ចសន្យាបំណាត់ទៅទូរបុគ្គលិក។

កិច្ចសន្យាការងារ

នេះគឺជាប្រភេទនៃកិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារសម្រាប់អ្នកដែលត្រូវបានដ្ឋានថ្វីកិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារជាក់លាក់ ដូចជាកិច្ចសន្យាជាមួយការពិពណ៌នាការងារ និងរយៈពេលជាក់លាក់មួយ។

ឧទាហរណ៍: វិចខ្សោប់បន្ទោះ និងបែងចែងម៉ែស។



ទិន្នន័យពេលវេលាភីបច្ចុប្បន្នសម្រាប់ការងារ

ទំនាក់ទំនង

កិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារគើដាកិច្ចសន្យាមួយដែលអ្នកដួលៗសេវាកម្ម (ប្រហែលអ្នកម៉ោងករង្វ) ប្រហែលអ្នកម៉ោងករង្វយល់ព្រមធ្វើកិច្ចការជាក់លាក់សម្រាប់អ្នកដួល។ អ្នកដួលយល់ព្រមបង្ក្រាក់ទ្វាកដួលៗសេវាកម្មសម្រាប់លទ្ធផលការងារ វិការប្រគល់ទ្វាត់អ្នកដួលត្រានសិទ្ធិជាក់វិនិយោទទ្វាកម៉ោងករង្វទេ។

ເຕັມບໍ່ແກ້ວ

ក្រុមពេនដីករងជូន

ព្រៃក់យុល

ផ្លូវការបង់បាននឹងត្រួរបង់អាស្រែយទៅលើលទ្ធផលដោតជំយនៃការងារ និសកម្មជាការទូទាត់សរុប និងការបង់រំណោះ។



ប្រាក់ឈ្មោលប្រចាំថ្ងៃអប្បបរមា

ទៅ: បីជាកិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារមិនទទួលបានអត្ថប្រយោជន៍ដូចកិច្ចសន្យាការងារក៏ដោយ

ប្រាក់ឈ្មោលអតិប្បបរមានៅតែជាអ្និដែលអ្នកម៉ោងការគ្រឹវទៅទទួលបាន

(ការិយាល័យការការពារពលកម្ម និងសុខុមាភភាព, តំបន់ទី3) ។



មានប្រសិទ្ធភាពចាប់ពីថ្ងៃទី 01 ខែ មករា ឆ្នាំ 2020 ត្រាក់ល្អូលអប្បបរមាណនបង្ហាញ
នៅក្នុងតារាងខាងក្រោម។

ត្រាក់ល្អូលអប្បបរិមាណ	តំបន់
336 បាត (2 ខេត្ត)	យុនបុរី និងភូកេត
335 បាត (1 ខេត្ត)	ភៀវិជ្ជ
331 បាត (6 ខេត្ត)	បានកក, ណាក់ខនប៊ែង, នន់ប៊ែរី, ប៊ែងបានី, សាក់មុតប្រាការ និងសាក់មុតសាយន
330 បាត (1 ខេត្ត)	ផែលើងសោរ
325 បាត (14 ខេត្ត)	ក្រាក់បី, ខនដៀន, ធ្វោងថែង, ត្រាត, ណាក់ខនរោះសីមា, អយុត្តា, ជំង់ដោ, ុបបុរី, សង្កាត់, សាក់បុរី, សុជានបុរី, សុវិតបានី, ណាងខេ, ខបិនរោះបានី
324 បាត (1 ខេត្ត)	ត្រាក់លើនបុរី
323 បាត (6 ខេត្ត)	ការុងសីន, បាន់បានបុរី, ណាក់ខនណាយក, មុកដាហាន, សាក់កនណាយន, សាក់មុតសុវិជ្ជខ្មែម
320 បាត (21 ខេត្ត)	កញ្ចប់បុរី, ផែលាត, ណាក់ខនប៊ែង, ណាក់ខនសុវិជ្ជ, ណាន, បុងការ, បុរិរោម, ត្រាក់ដូបគិរខន, ជាត់ប៊ែង, តិតស់នុលោក, ផែតនបុរី, ផែតនបុន, ជោយ៉ាវ, យ៉ាសុបន, រួយអេត, លើយ, សោកសីន, សុវិន, អាងចង, ខដនបានី, អុតតារ់ខិត

មានប្រសិទ្ធភាពចាប់ពីថ្ងៃទី 01 ខែ មករា ឆ្នាំ 2020 ហើយលើមករាល់បង្ហាញ
នៅក្នុងតារាងខាងក្រោម។

ប្រភពយុទ្ធមូលដ្ឋាន	តម្លៃ
315 បាត (22 ខេត្ត)	កំពង់ផែត, ផែយ៉ែ:ក្នុង, ចម្ងួន, ផ្លូវ, ត្រាង, ណាក់ខនសុខំម៉ាក់ត, តិដីត, ត្រូ, ម៉ាហាសារៈខាម, មេហោសន, រោណង, កំតែផែបុរី, ទ្វាកំបាង, ទ្វាកំត្បូន, សុីសាក់ត, សាជុន, សុីងបុរី, សុខុំបែរ, ណាងប្បញ្ញកំតុ, ខែចានី, អំណាតជ្រើន
313 បាត (3 ខេត្ត)	ណាក់ជីវិត, ចំត់តានី និងយ៉ាកំឡ្ងា

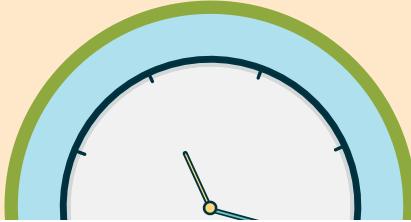
ប្រភព: ក្រសួងការងារ (www.mol.go.th) នៅថ្ងៃទី 02 មករា 2020

ក្រុមដែលបានបង្កើតឡើងដើម្បីបង្កើតគ្រប់គ្រងការងារដែលមានការងារដូចខាងក្រោម:

ឧបករណ៍ និងសម្ងាត់:

- ឧបករណ៍ និងសម្ងាត់:ដែលចំណាត់សម្រាប់អនុវត្តការងារគឺត្រូវត្រួតពិនិត្យដោយអ្នកមេដៃការ (មាត្រា 588) ។
- ប្រសិនបើសម្ងាត់ត្រូវត្រួតពិនិត្យដោយបេក្ខជន អ្នកមេដៃការត្រូវប្រើប្រាស់ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន និងមិនខ្សោយ។ គាត់នឹងប្រគល់របស់ដែលលើសបន្ទាប់ពីការងារត្រូវបានបញ្ចប់ (មាត្រា 590) ។
- ប្រសិនបើភាពខ្សោយនៅក្នុងការងារ មានប្រភពបច្ចុប្បន្នពីលក្ខណៈនៃសម្ងាត់ដែលត្រូវបានផ្តល់ ឱ្យដោយអ្នកដែលវិការណា នៅពេលបានផ្តល់ឱ្យគាត់ អ្នកមេដៃការមិនទទួលខុសត្រូវទេ ក្នុងលក្ខណៈដែល អ្នកមេដៃការដើរអំពីរឿងនេះ និងផ្តល់ជំណើងអំពីរឿងនេះ។ (មាត្រា 591) ។





ពេលណែប្រគល់ទូរ

- ប្រសិនបើការងារត្រូវបានប្រគល់ទូរក្រាយពីពេលដែលបានកំណត់នៅក្នុងកិច្ចសន្យា វិប្រសិនបើគ្មានពេលកំណត់ ក្រាយពេលណែប្រគល់បានក្នុងផ្តល់ទៅ ថ្ងៃកីឡា មានសិទ្ធិកាត់បន្ទយប្រាក់ឈ្មោះ បុពេលណាគារណែប្រគល់សំខាន់នៅកិច្ចសន្យាដើម្បីរដោះ (មាត្រា 596) ។
- ប្រសិនបើអ្នកជួលបានទទួលយកការងារដោយគ្មានការកក់ទុក អ្នកម៉ោការមិនទទួលខុសត្រូវ ចំពោះការពន្លាបេលក្នុងការប្រគល់ទូរទេ (មាត្រា 597) ។
- នៅក្នុងករណីនៃការពន្លាបេល វិកាប្រគល់ទូរការងារមិនពេញលេញ អ្នកជួលមានសិទ្ធិ ដកហូតប្រាក់ឈ្មោះប្រាក់ក្នុងការផ្តល់ទូរការមិនខ្ចោះខាតសមរម្យ។

ប្រាក់ឈ្មោះ

- ប្រាក់ឈ្មោះត្រូវបង់នៅពេលទទួលយកការងារ។ ប្រសិនបើការងារត្រូវបានទទួលជាដោដ្ឋក និងប្រាក់ឈ្មោះត្រូវបានបញ្ជាក់សម្រាប់ផ្តុកជាបៀវិននោះប្រាក់ឈ្មោះផ្តុកនឹងមួយ និងត្រូវបង់នៅពេលទទួលយក (មាត្រា 602) ។
- ប្រសិនបើសម្ងាត់ត្រូវបានផ្តល់ជាប្រាក់ឈ្មោះដោយអ្នកម៉ោក និងការងារត្រូវបានបំផ្តាញ នឹងចាត់មុនដែលកំណត់ក្នុងការប្រគល់ទូរ អ្នកម៉ោការត្រូវទទួលខុសត្រូវលើការខាតបង់ ដែលការខាតបង់នោះមិនមែនបណ្តាលមកពីទីផ្សើរបស់អ្នកជួល។ ក្នុងករណីនេះគឺគ្មានការបើកប្រាក់ឈ្មោះទូរទេ (មាត្រា 603) ។
- ប្រសិនបើសម្ងាត់ត្រូវបានផ្តល់ជាប្រាក់ឈ្មោះដោយអ្នកជួល និងការងារត្រូវបានបំផ្តាញ នឹងចាត់មុនដែលកំណត់ក្នុងការប្រគល់ទូរ អ្នកជួលត្រូវទទួលខុសត្រូវលើការខាតបង់ ដែលការខាតបង់នោះមិនមែនបណ្តាលមកពីទីផ្សើរបស់អ្នកម៉ោក។ ក្នុងករណីបែបនេះគ្មានប្រាក់ឈ្មោះត្រូវបង់ទេលើកលើងតែការបាត់បង់គឺបណ្តាលមកពីទីផ្សើរបស់អ្នកជួល (មាត្រា 604) ។

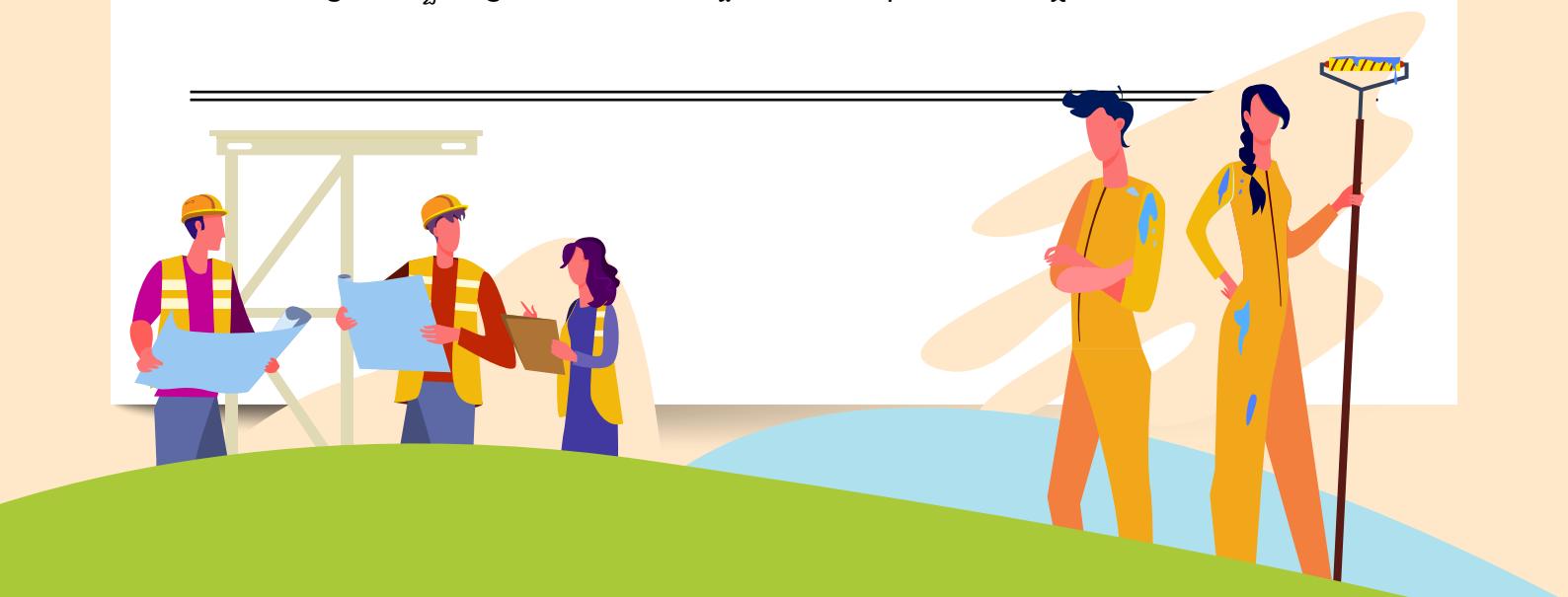


ការបញ្ចប់នៃកិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារ

- ដែលបណ្តាការងារមិនទាន់ត្រូវបានបញ្ចប់ ថ្មីកំអាចបញ្ចប់កិច្ចសន្យា លើការផ្តល់សំណង ដល់អ្នកម៉ោករច្ឆេះការខាតបង់ណាមួយដែលបណ្តាលមកពីការបញ្ចប់កិច្ចសន្យា (មាត្រា 605) ។
 - កម្មានសារ៖សំខាន់កន្លែងការកំណត់សម្ងាត់ថាការបញ្ចប់កិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារ គឺជាសិទ្ធិជាប់ខាតបស់អ្នកជួល។ ទៅបីជាយ៉ាងណាក់ដោយ អ្នកជួលនៅតែត្រូវតែ ផ្តល់សំណងទៅឲ្យអ្នកម៉ោករសម្រាប់ការខាតបង់ណាមួយដែលបណ្តាលមកពី ការបញ្ចប់នៃកិច្ចសន្យា។
-

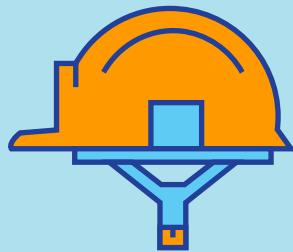
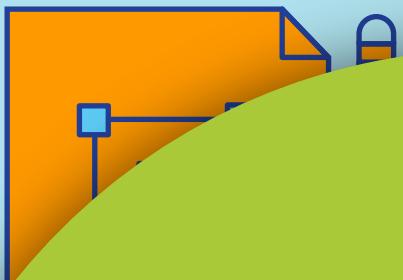
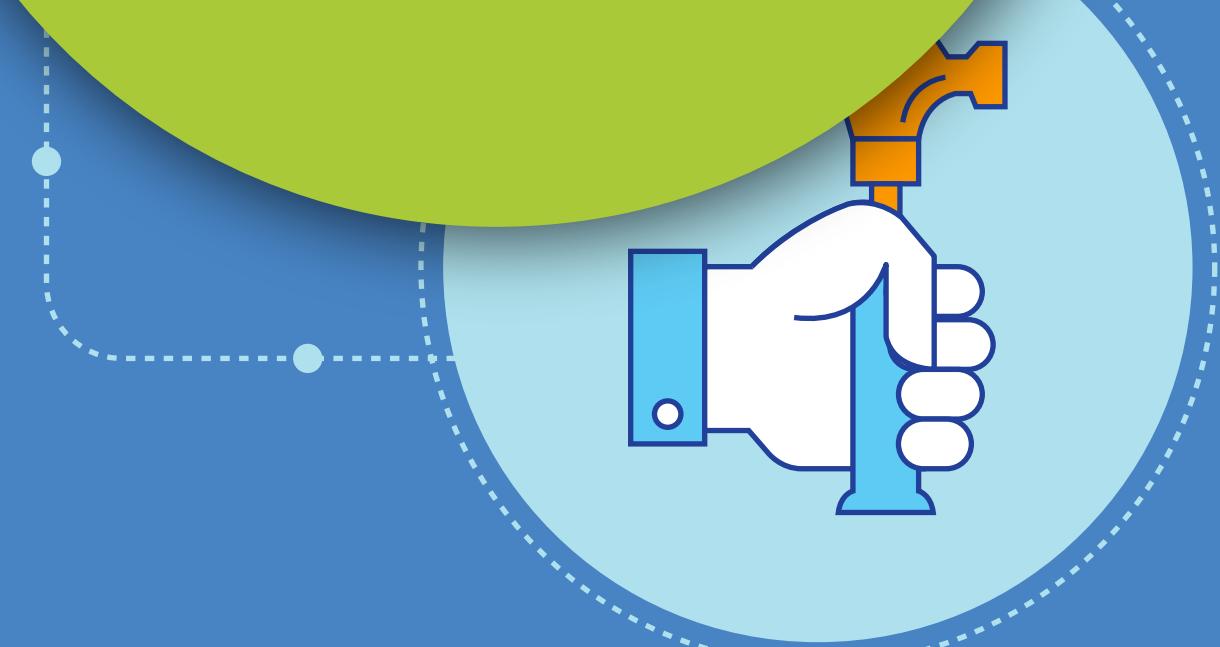
តើអ្នកត្រូវធ្វើដីអ្នកមានជម្លោះជាមួយថ្ងៃៗកែ ?

1. ព្យាយាមចរចារជាមួយថ្ងៃៗកែ វិអ្នកជួលសម្រាប់សិទ្ធិរបស់អ្នកនៅក្នុងប្រព័ន្ធប្រាប់ថែ ដូចជា សិទ្ធិទូលបានប្រាក់អប្បបរមាក្នុងមួយថ្ងៃ។
2. ប្រសិនបើការចេចចាយដោតជីយអ្នកអារ៉ាស្សីរកដំបូន្ទានពីមេដារី AAT។ AAT ផ្តល់ដំបូន្ទាន ដៅក្នុងប្រាប់ដល់ក្នុងភីទាក់ទងនឹងវាងការងារទាំងកិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្ម និងកិច្ចសន្យា សម្រាប់ការងារ។ សូមទាក់ទងអ្នកទទួលភ្លោះ និងនូយការមេដារីសម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។
3. នៅពេលការការណ៍ករណីរបស់អ្នកទៅឲ្យ AAT សូមរៀបចំនូវព័ត៌មានឲ្យបានប្រើបាយ តើអ្នកអាចធ្វើបាន ដូចជា: ឈ្មោះ និងព័ត៌មានលម្អិតរបស់ថ្ងៃៗកែ រយៈពេលនៃការងារ ទិន្នន័យធ្វើការ រូបភាពដែលពាក់ព័ន្ធដារើម។
4. នៅក្នុងករណីដែលក្នុងភីទាក់ទងការណ៍ទៅឲ្យមេដារីវិវាទអយុត្តិធម៌សម្រាប់កិច្ចសន្យាសម្រាប់ការងារ វិវាទបំពាននៃកិច្ចសន្យាសម្រាប់សេវាកម្ម AAT គឺអាចជួយចរចារជាមួយអ្នកជួលទាក់ទង ទៅនឹងប្រាក់ឈ្មោះ ប្រាក់សំណង និងរូបសង្គមអនុលោមតាមច្បាប់។



2

សុវត្ថិភាពនៅ ក្រុងការងារ



ដោយសារប្រធែសប់មិនធ្វើការទូទាត់ស្ថិតិភាព និងអ្នកសេដ្ឋកែវសិទ្ធិជំរឿកកៅន ដីនកៅសខ្លួន និងអ្នកសេដ្ឋកែវសិទ្ធិជំរឿកកៅននៅក្នុងប្រធែសប់បានកំណត់សិទ្ធិទូលាតាន លក្ខខណ្ឌការងារព្រមទាំង និងមានសុវត្ថិភាព។ ការងារការគ្រប់ដែលពួកគេធ្វើត្រូវបាន ចាត់ទុកចាប់មានគ្រោះថ្មាក់កែងប្រវត្តិនិងក្នុងករណីខ្លះត្រូវបានរំលោភបំពាន។ ដូច្នេះ វិមានសារ៖ សំខាន់លាកសប់ក្នុងការលើកកម្មសប់ណែនេះដឹងអំពីសុវត្ថិភាពនៅក្នុងផ្ទៃដែរការ ក្នុងបំណែមអ្នកសេដ្ឋកែវដីនកៅសខ្លួននិងដីនកៅសខ្លួនដើម្បីជាតាននូវលំក្ខខណ្ឌការ ងារដែលមានសុវត្ថិភាពនិងសមរម្យ។

ប្រភេទនៃការងារ ការងារធ្វើកសាងសង់

យោងតាមការិយាល័យស្ថិតិជាតិនៃប្រទេសបែកមួកនៅក្នុងការ
ដ្ឋានសំណងប្រព័មនីងហានិភ័យខ្ពស់បំផុតនៃ “អ្នកដែរបូសនិង
ស្តាប់” បើប្រព័បញ្ជីនឹងកម្មករនៅក្នុងខស្សាបាកម្មធ្វើ
ឡើត។ ទៅយ៉ាងណាក៏ដោយក្នុងករណីភាពចូលគ្រោះថ្នាក់ទាក់ទង
និងការងារគឺការបង្ហាញ និងចេញសារការងារបានដោយបង្កើនការយល់ដឹង
អំពីហានិភ័យដែលអាចកើតមាន និងលើកកម្ពស់ការអនុវត្តសុវត្ថភាព
ការងារ។ ឧបាយក្រាយនេះជាការអនុវត្តខ្លះដែលអ្នកអាចអនុវត្តដើម្បីជៀរ
សារការងារគឺការងារដែលអាចកើតមាន។



1. តើខ្លួនបាននូវសុវត្ថិភាពរបស់ខ្លួនយ៉ាងដូចមេដោលកំពុងធ្វើការនៅក្នុងការផ្តានសំណង់?
 - បង្កើតការយេលបែងអំពីគ្រោះថ្នាក់និងគិតពិសកម្មភាពណាមួយដែលអាចបង្ហាញគ្រោះថ្នាក់នៅក្នុងកន្លែងធ្វើការរបស់អ្នក។
 - បន្ទាប់ពីរកដើរស្ថានភាពដែលអាចកើតមានដែលអាចបណ្តាលឱ្យមានគ្រោះថ្នាក់សូមគិតពីមធ្យាតាយដើម្បីគ្រប់គ្រងប្រការពារស្ថានភាពទាំងនេះ។
 - ចំរក្សាទបករណីការងាររបស់អ្នកដោយជានាថាទបករណីរបស់អ្នកដែរការណូ។ អ្នកត្រូវប្រើបាយករណីត្រឹមត្រូវសម្រាប់កិច្ចការនីមួយៗ និងក្រុមហ៊ុនទាំងអស់ឱ្យស្ថាតនិងស្ថិតនៅទីកន្លែងណូ។
 - រក្សាម្រាមដៃ ដៃ និងធ្វើដំឡើងទៅតម្រូវការពីដៃកន្លែងប្រការណីដែលមានចលនា។
 - ពាក់ខបករណីសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួនជាក់លាក់ដូចជាផ្លូវតាសុវត្ថិភាព មួកសុវត្ថិភាពក្រោមដែករពោះ សែក្រកដើរសុវត្ថិភាព វិសែក្រកដើរសម្រាប់ការងារធ្លីនៃ និងខ្សោយសុវត្ថិភាពប្រសិនបើអ្នកធ្វើការទីផ្សេស។

2. តើត្រូវការពារខ្លួនប្រាកាសខ្លះនៅក្នុងធ្វើរាយដោយយោបល់ ?



ការពារត្រូវករបស់អ្នកនៅកន្លែងធ្វើការ

- ប្រើប្រាស់ខបករណីការពារនៃត្នោកទ្វាតានសមរម្យដូចជា ផែនតាការពារនៃត្នោក និងផែនតាសម្រាប់ធ្វើការ។
 - ត្រួវធានាថាទបករណីការពារនៃត្នោកគឺស្ថិតនៅក្នុងលក្ខណៈល្អ។

ការពារដែលបានក្លាត់នៅក្នុងផ្ទះការ

- ត្រូវធានាថាម៉ាសីននេរីងកន្លែង (គ្របដណ្តូប់ផ្ទៀកនៃម៉ាសីនដែលមានចលនា) និងដំណើរការចានល្អ។
 - ត្រូវធ្វើការយកចិត្តទុកដាក់ជាពិសេសទៅលើវត្ថុដែលមាយចលនា ផ្ទៀកនៃម៉ាសីន។
 - ពាក់ស្រាមដែសយក្តីភាព
 - កាន់ខបករណីទ្វាតានត្រូវ

នៅពេលប្រើប្រាស់ជណ្ឌីរ



- ត្រួតពិនិត្យសាន្តរបស់ជំណូនីមិននឹងប្រើប្រាស់
 - ដ្ឋីសិសិសជំណូនីត្រីមត្រួតសម្រាប់ការងារបស់អ្នក។
 - ធ្វើសារការងារសំខិតជំណូនីនៅពេលដែលមានមនុស្សទូទៅដី។

ស្ម័គនកំចុបានគិមត្រវ

- សៀវភៅកពាក់សម្រេចបំពាក់ដែលសមណ្ឌល។ ដែអារដែលដើងខ្លាំង វិក់ហេវៈ និងសម្រេចបំពាក់ដែលរលូងអាចទាក់ចូលក្នុងម៉ាសីន វិបណ្តាលឡាយអ្នកជំពោះ វិធាលបាន។
 - ពាក់សៀវភៅដើងដែលបិទម្មាយដើង ព្រោះវាអាចការពារម្មាយដើងបែលសំអ្នកពីការផ្ទាក់វគ្គពីលើ និងការពារដើងពេលដើរដាន នៃវគ្គដែលមួតស្រួច។ សៀវភៅដើងសមរម្យក់អាចការពារអ្នកពីការអិលជោគី និងការពារសាប់ដុំបាតដើងបែលសំអ្នកបានដើរ។
 - តែងតែពាក់ម្នកសុវត្ថិភាពជានិច្ចដើម្បីការពារពីការរបស់ក្នុងករណីដែលមានវគ្គផ្ទាក់ពីលើ អ្នកអិលទេសិតផ្ទាក់។ ការពាក់ម្នកសុវត្ថិភាពអាចបង្កើនភាគរយខ្ពស់នៃការសំរាប់ការមានជីវិតពីគ្រោះប្រើប្រាស់។
 - អ្នកដែលមានសក់ដើង សម្រេច វិគ្របសក់របស់អ្នក។

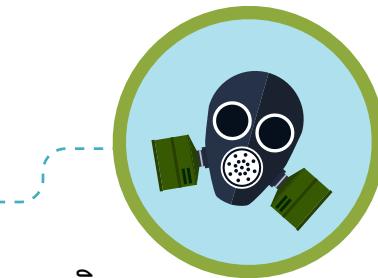


នៅពេលភាសា ខ្លួនបង្ករាណ

- អ្នកមិនគួរលើកខបករណ៍ទេវិដបុច្ចេះដែលពិធាការាន់ខបករណ៍នោះទេឱយ។
 - ខបករណ៍គួរតែត្រូវបានដោយប្រុងប្រយ័ត្នពីបុគ្គលម្នាក់ទៅបុគ្គលម្នាក់ទៀតដោយមិនត្រូវបានដោយ។
 - កម្មករដែលការងារប្រជាប់ប្រជាន់ខបករណ៍ដំឡើននៅលើស្តាប់ពួកគេគួរតែយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះកវិនិច្ឆ័ននៅពេលងាក់ និងធ្វើចលនាដុំវិញកវិនិច្ឆ័នធ្វើការ។
 - ខបករណ៍ដែលស្របដូចជាដែកជាប់ និងទូររណីវិស មិនគួរនៅក្នុងហេតិកម្មករទេឱយ។ យល់ឈ្មោះក្នុងក្នុងប្រអប់ជាក់ប្រជាប់ប្រជាន់ ជាក់ក្នុងបុគ្គលធម៌៖ក្រោមនៅក្នុង ខ្សែក្រែងតែដែលជាក់ខបករណ៍ វិកាបុបសម្រាប់ជាក់ខបករណ៍ នៅក្នុងដែកជាប់បញ្ជីតម្រូវការប្រាការ។
 - ប្រជាប់ប្រជាតិត្រូវបានជាក់ចុះការពេលមិនត្រូវការប្រើប្រាស់។ ការទុកខបករណ៍នៅលើគ្រោងខ្លួនដែកជាន់ធ្វើចុះការនៅពេលមិនត្រូវការប្រើប្រាស់។ ករណីនេះកើតឡើងនៅក្នុងដែលមានវេច្ចាស់។

សំគាល់ភាពការងារជាមួយសារធាតុគិម្ធិ

- អាជីវការណ៍ដោយប្រុងប្រយ័ត្នមុននឹងប្រើប្រាស់សារធាតុគឺមិលាមួយ។
 - ពាក់ខែករណីការពេញចានត្រីមត្រូវ។
 - តើដែលបានផែរបស់អ្នកជានិច្ចក្រោយពេលប្រើប្រាស់សារធាតុគឺហើយ។ កំបែនៃពាល់មុខបែរបស់អ្នក វិវាទរដោយមិនបានលាងដែក្រាយពេលប្រើប្រាស់សារធាតុគឺហើយ។
 - តើដែលបានផែរបស់អ្នកជានិច្ចក្រោយពេលប្រើប្រាស់សារធាតុគឺហើយ។ កំបែនៃពាល់មុខបែរបស់អ្នក វិវាទរដោយមិនបានលាងដែក្រាយពេលប្រើប្រាស់សារធាតុគឺហើយ។



សៀវភៅពាណាពេជ្រមួយម៉ាសីន

- សេដ្ឋកិច្ចប្រជាជនត្រូវបានត្រួមត្រូវ និងការប្រុងប្រយ័ត្នសុវត្ថិភាព និងដំណឹងពីទីតាំងរបស់ក្នុងតាក់យប់។
 - ត្រូវធានាថាបានដំណឹងការពារម៉ាសីន និងខែករណីសុវត្ថិភាពត្រូវបានតាំងឡើងយ៉ាងត្រឹមត្រូវ។
 - កំដួសដុស វិសម្ងាតម៉ាសីនពេលកំពុងដំណើរការ។
 - អ្នកដែលមានសក់ដៃ សូមចង់វិគ្របសក់របស់អ្នក។ សក់ដៃដែលមិនត្រូវបានការពារ អាចនិងមានគ្រោះថ្វាក់ខ្លួនបានដោយតាក់ជាមួយផ្ទៀងកនេម៉ាសីនដែលមានចលនា។ កម្មករអាចនិងត្រូវបានទាញរូបឈានក្នុងម៉ាសីន ទទួលដៃការឈើចាប់សេវាកម្មរបស់ខ្លួន។

សុវត្ថិភាពការងារជាមួយប្រជាប់ស្តីច

- ប្រតិបត្តិករត្រូវពេជាមនុស្សម្នាក់ដែលត្រូវបានបញ្ជាក់ដើម្បីធ្វើការជាមួយប្រជាប់ស្ថឹម។
 - ត្រួតពិនិត្យប្រជាប់ស្ថឹមដើម្បីជានាបាកស្ថិតក្នុងលក្ខណៈលូ។
 - គិតអំពីគ្រោះច្បាក់ដែលអាចកើយឡើង និងត្រូវមានគម្រោងមុននឹងយោល។
 - មិនត្រូវប្រើប្រជាប់ស្ថឹមដើម្បីដឹកជញ្ជូនមនុស្សទេ។
 - មិនត្រូវប្រើប្រជាប់ស្ថឹមដើម្បីទាញ ឬអូស

សំគាល់ភាពនៅលើអគ្គខ្សែស៊ា

- នៅពេលកំពុងធ្វើការនៅទីខ្ពស់ ន្ទាត្រក្រុវតែតម្លៃដែលបានលើ និងក្រុវតែមានខ្សោយក្រាក់សុវត្ថិភាព។
 - នៅពេលដែលជិតជល់ត្រូវដឹងអំពីទីតាំងរបស់លេណាជ្ញាន។ មានរបាយការណ៍គ្រោះថ្នាក់ជាប្រើដែលបណ្តាលមកពីការបាក់ស្រួលនៃលេណាជ្ញាននៅក្នុងការជ្ញានសំណង។
 - ត្រូវធានាថាបានបំពាក់ខែករណីទាំងអស់កំឡុងពេលធ្វើការនៅតំបន់ខ្ពស់។

ការងារនៃភ្នែជនីយដ្ឋាន

1. តើខ្លះអាចធានាតិសុវត្ថិភាពកំឡុងពេលធ្វើការក្នុងកោដនីយដ្ឋាន
ក្នុងផ្ទះបាយបែសខ្លួនដោយដូចមេច ?
 - មិនត្រូវទុកចង្វានហេលនៅពេលដែលអ្នកកំពុងចៀន អាម៉ា
រីស្សរអារបារ៍ ប្រសិនបើអ្នកចាកចេញពីផ្ទះបាយទៅ
បិរយៈពេលខ្លួនក៏ដោយ ត្រូវតែបិទចង្វាន។
 - ប្រសិនបើអ្នកកំពុងរមាស់ ដូត អាម៉ា រីស្សរអារបារ៍
ត្រូវពិនិត្យឲ្យបានទៀត និងប្រើកម្មវិធីកំណត់
ពេលដែលដើម្បីរលើកអ្នកចាកចេញកំពុងចម្លើនអារបារ៍។
 - ក្នុងបែសដែលអាចធាប់ដោយបានដូចជា ក្រឡាតត្រាប់ឆ្នាំង
ស្រាមដៃ គ្រឹះប្រជាប់ប្រជាយើង ក្រដាស វិចជ្ជជាស្តីក
ប្រអប់អារបារ៍ កន្លែង វិជ្ជននុញ្ញាយពិចង្វាន។
 - ក្នុងចង្វាន ស្ថិតិយបានស្ថាត
 - ស្អោះការកំណត់បិទដិត វិដោយដែលតិះបែលចម្លើន។



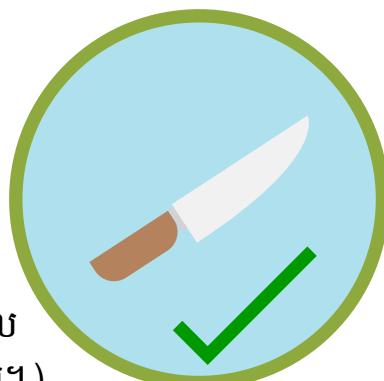
2. តើខ្លះអាចការពារខ្លះបានតិចរបាយការណាក់ចូលកុងផ្លូវជាយកដ្ឋានដូចមេច ?

នៅពេលដែលអ្នីមានគ្រោះច្បាក់ក្នុងការរៀបចំកម្មាធង្វារ
វាគ្មេងខ្សោយមានភាពរៀបចំសម្រាប់ការសម្ងាត់បន្ទាប់ពី
អាហាររៀបចានរៀបចំ។ បើនេះការកំណត់លើកំណលតង្គ់
គ្មានត្រូវបានដោះស្រាយភាមរៀបចំឡាក់បណ្តាលខ្សោយអ្នក
អើលូ។ វាប្រើបាលជាមិនស្រួលទេ បើនេះការយកចិត្តទុកដាក់
ភាមរៀបចំពេះភាពរៀបចំជាពិសេសនៅលើតង្គីជាតា
ការរៀបចំប្រុបការដែលបំផុត។



3. តើខ្លះអាចការពារខ្លួនខ្លួនបានតុលាប្រឈម ?

- ប្រើប្រាស់កាបិតដែលមុនជានិច្ច
 - មិនត្រូវការនៃអាហារនៅក្នុងដេរបស់អ្នកកំឡុងពេលអ្នកភាព់វា
 - ត្រូវការតែនៅលើផ្សេងៗជានិច្ច (ប្រើប្រាស់បេស់ដែលមិនអឱលវិធាក់ក្រោមាត់សេីមនៅខាងក្រោមដើម្បីការពារពីការអឱល។)
 - ត្រូវរក្សាម្មាយជាក់នៅលើកំបិតជានិច្ចក្នុងករណីដែលវារិល
 - រក្សាផងកំបិតពីជាតិខ្លាងទៀត សារជាតិអឱលផ្សេងៗ។
 - រក្សាកំបិតទូទៅឆ្លាយពីផ្សេងគុណដើម្បីកាត់បន្ថយឱកាសនៃការង្រេះ។
 - មិនត្រូវព្យាយាមថាប់កំបិតដែលកំពុងឆ្លាក់ទេ !
 - លាងសម្ងាត់កំបិតភ្លាមរបន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួច។ កំឡុកកំបិតនៅក្នុងទឹកសាបិដែលមិនអាចមិនយើង។ រក្សាផ្សេងដែលមុនទូឆ្លាយពីអ្នកនៅពេលកំពុងលាងសម្ងាត់។



4. តើខ្លះអាចការពារខ្លួនខ្លះពីការត្រាបេះ វិធាន់អគ្គិសនីដោយរបៀបណា ?

- ប្រឃងប្រយ័ត្នចាំពោះប្រភពនៃការធេះ និងប្រង
 - យកចិត្តទុកដាក់ខ្សោះនៅពេលធ្វើការដំវិញអណ្តាគតត្លើងអាណក្រតបូចឆ្លានអគ្គិសនី រក្សាសម្ងារ៖ដែលដាយធេះឡើងបានកម្រោង។
 - ត្រួតពិនិត្យក្រឹងប្រើប្រាស់ និងខ្លួនរបៀបរៀបចំខ្លួន និងខ្លួនបិទានសញ្ញាខ្មោចខាត។
កំត្រួតរៀបចំដែលរៀបចំសម្រាប់សម្រេចខ្លួនប្រកាសប្រព័ន្ធផាមី។
 - សមាគម្មភាពគ្រប់គ្រងដែលកំពេញ ប្រើប្រាស់សម្ងារ៖ដែលមិនតាមធេះដើម្បីធ្វើវា។

- ប្រើប្រាស់ខករណីអគ្គិសនី និងប្រជាប់ប្រជាប្រើប្រាស់សម្រាប់តេត្តនានីរបស់វា តែបុណ្យ៖
អនុវត្តតាមការបណ្តុះបណ្តាលដែលបានផ្តល់ទ្វាក។
- ក្នុងខករណីប្រើប្រាស់អគ្គិសនីឲ្យធ្វាយពិទិ៍ក និងមិនត្រូវដោតព្រឹកឡើសពេកទេ។
- កំពុងយាមដ្ឋាសដូលខករណីអគ្គិសនីដោយខ្លួនឯង។
- បិទខករណីអគ្គិសនី ចង្ហាននិងទ្វាកធម្មតនៅពេលបញ្ចប់នៃថ្វីការ និងពេលសម្ងាត់។

ការងារនៅកេងចក្រភាពដោរ

តើខ្ញុំអាចធានាថានូវសុវត្ថិភាពរបស់ខ្ញុំយើងដូចមេច
នៅពេលធ្វើការនៅក្នុងកេងចក្រភាពដោរ
វិជ្ជាមួយម៉ាសីនដោរ ?

- ធ្វើការដោយមានគោលដំណោះស្រាយនៅក្នុងកេងចក្រភាពដោរ
ត្រូវត្រូវ។
- ធ្វើការសម្រាកកដែលធ្វើការរោងចាយដែល
និងសន្លាកកដោរ។
- ធ្វើការសម្រាកមួយត្រូវតិការអេងឃុយយុរី
ប្រែបល់បន្ទាប់ពីមួយម៉ោង វិនិយោះ
ធ្វើបន្ទាយការចុកពាយខ្លួន។
- កំណុងពេលដោរ ត្រូវធ្វើការនៅម៉ាសីន និងកិច្ចការនៅក្នុងដែជានិច្ច។
- បិទម៉ាសីនដែរបុននឹងដាក់ប្រែងវា វិកំណុងផ្តាស់ប្តូរដែកណាមួយ។
- ក្នុងករណីមានស្ថាមរបួសដែលត្រូវបានកាត់បុរបួសដោយនៅក្នុងត្រូវបាន
សម្ងាត់និងរុំដោយបង់រូ។
- វាក្នុងពេលប្រើប្រាស់សម្រាប់ត្រូវបែងបន្ទាយជាតិត្រូវនៅក្នុងតំបន់ដោរ។ កន្លែងការ
ងារដែលត្រូវការពន្លឺបន្ថែមគួរតែត្រូវបានផ្តាស់ប្តូរឡើដើតបង្វួច។



ការងារដែលទាក់ទងនឹងកសិកម្ម

1. តើអីទៅធ្វើគ្រោះប្រាក់នៃការងារនៅក្នុងវិស័យកសិកម្ម ?

- ការរួមឱ្យចុកចាយសាច់ដី និងហេរិកត្រួក
- ឈើសន្លាក់ខ្ពស់ដូចខ្ពស់
- ការប៉ះពាល់សារធ្វើគ្រោះប្រាក់ដូចជាប្រាក់សំណាប់សត្វលិត
- រប់សង្គមសារខបករណីកសិកម្ម
- រោកត្រួក
- ការប៉ះពាល់នឹងប្រាក់សំណាប់សត្វលិត



2. ខ្ញុំឈើសាច់ដី ព្រោះជាត្រីកញ្ចាប់ខ្ញុំលើករបស់ធ្វើនេះ តើខ្ញុំត្រូវធ្វើដូចមេច ?

- មុននឹងលើករបស់ដែលមានទម្ងន់ធ្វើនេះ អ្នកត្រូវតែតិតបាត់តិកជាប្រាក់ដូចនេះ
- និងទិសដៅនៃកន្លែងដែលរបស់នោះត្រូវលើក។
- ត្រូវប្រាកដថានៅលើរបស់នោះមានកន្លែងទំន់នេរដែលអាចអាយអ្នកដាក់ដែល

3. ដំហានដែលអ្នកត្រូវធ្វើនៅពេលលើករបស់៖

- ទៅទួរបស់តាមតំណារបញ្ជី
- ព្យាយាមរក្សាទិន្នន័យដែលនឹងដែលបានប្រាក់ដូចនេះ
- បន្ទាន់ដង្គែង។
- រក្សាបស់ទូទៅដើម្បី និងកណ្តាល នៅពីមុខអ្នក។
- រក្សាលួចបស់អ្នកទូទៅត្រូវពេលលើក
- ប្រើបាយនារលូនពេលកំពុងលើក
- ប្រសិនបើរបស់ធ្វើនេះ ស្មោះរកនរណាម្នាក់ទូទៅ។



4. ឧណាគេណៈពេលកំពុងលើករបស់ សូមត្រាកដថា ...

- មិនត្រូវរម្យល វិប័យខ្លួន
- ផ្តាស់ទីដើរបស់អ្នកដំឡើងសក្ខាងការបែងរិញ្ជ
- ចង់ស្វាម្រាយដើរបស់អ្នកគឺតែបោន្ទាមទិន្នន័យដៃបច្ចាបាន
- ករ្យាបស់ឡើងដើរបស់អ្នកតាមតែអាបធិនីបាន ដោយកែងដែមអ្នកនៅជិតអ្នក។
- ប្រសិនបើអ្នកមានអារម្មណីនៅឯណាគត់ ដាក់របស់ចុះរូបសម្រាកពីនៅបីនាទី។
- ធ្វើឡើងនឹងនៅឯណាគត់ខាងពេកក្នុងការដាក់ចុះឡើងត្រូវត្រូវ។

5. ធ្វើតាមវិធីទាំងនេះនៅពេលដែលអ្នកដាក់របស់ចុះ

- បន្ទាន់ដើរបស់អ្នកមែនចង់ស្វាម្រាយដើរបស់អ្នកទេ
- ករ្យាក្រាលរបស់អ្នកឡើង និងសាប់ដុំក្រាលពោះតីនៅក្នុងបន្ទាន់ដើរបស់អ្នកទេ
- មិនត្រូវបង្កើលខ្លួនរបស់អ្នកទេ
- ករ្យាទិន្នន័យនៅឡើងដើរបស់អ្នកតាមតែអាបធិនីបាន
- ត្រូវរង់ចាំរហូតដល់ទិន្នន័យមានសុវត្ថិភាពរូបសិមលើនៅរបស់អ្នក

6. តើខ្ញុំអាបីដោះសក់ការប៉ះពាល់ជាមួយថ្នាំសម្ងាប់សត្វលិតយ៉ាងដូចមេច ?

- នៅពេលអ្នកប៉ះបន្ទះ វិនិយោគឱ្យដែលមានជាតិថ្នាំសំណាប់សត្វលិត ដែរបស់អ្នក អាបត្រូវបានឆ្លង។ ប្រសិនបើអ្នកមិនមែនដឹង និងប៉ះពាល់មួបអ្នកអាបទទួលទាន ថ្នាំសំណាប់សត្វលិតដែលមានគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាព និងគ្រោះថ្នាក់ដល់ រងកាយរបស់អ្នក។



7. ពេលខ្លឹមធាននៃផ្ទះ: ពេលខ្លឹមរបស់ខ្លឹមបានក្នុងដំឡើងធ្វើការរបស់ខ្លឹម តើខ្លឹមចាប់ដើរក្នុងមានសុវត្ថភាពសម្រាប់ពួកគេដោយរួចរាល់បណ្តា ?

- កំណត់ព្រមដែន និងដែនកំណត់សម្រាប់ក្នុងលេងរបស់ពួកគេ
- ចាន់ប្រមាណពិហានឯកសារសម្រាប់ក្លឹមរបស់អ្នក
- កំណត់មើលថាគើតឱ្យដែលទាញរូបរបស់អ្នកទៅក្នុងភាពគ្រោះថ្នាក់
- បង្កើតវិនិយោគត្រីមត្រីរសម្រាប់ក្លឹមរបស់អ្នក
- ក្នុងលេងរបស់ពួកគេត្រូវតែមិនមានភាពថាក់បែក វិបករណ៍មិនមានសុវត្ថភាព ដូចជាព្រឹត្តិក្រើងជាដោដៅមេ។
- មើលក្នុងដំឡើងធ្វើការពិទស្សន៍របស់ពួកគេ: មើលក្នុងដំឡើងធ្វើការពិទស្សន៍របស់ពួកគេ: បាប់ដើមពីកម្មិតរបស់ពួកគេ និងរកមើល។ អ្នកដែលទាក់ទាញរូបរបស់អ្នកទៅក្នុងភាពគ្រោះថ្នាក់: ពួកគេអាចនិងបង់ដើរបង់យើង និងព្យាយាមជាក់របស់ចូលទៅក្នុងមាត់របស់ពួកគេជាព្រឹកញ្ចាប់ ដូច្នេះនៅក្នុងករណីនេះប្រសិនបើការដោតគិតិមិ ដូចជា ប៉ាសម្បាប់សត្វលិត ម៉ែសុលិះ។ ក្នុងរបស់អ្នកអាចស្ថិតក្នុងគ្រោះថ្នាក់។

ការងារផ្ទៃកសម្ងាត់

1. តើគ្រោះថ្នាក់អីខ្លះដែលខ្លឹមជួយប្រទេសពីការងារសំណាត់ ?

- នៅរបែស វិធីថាប់ត្រង់សាច់ដុំ ដូច និងសន្យាក់អ្នកសម្ងាត់មានផលវិបាកនៅពេលដែលធ្វើបាលនា និងលើកដុងទីកដែលជា និងហ្មសកម្មិត។ ដូចត្រូវនេះ ដួងដែរពួកគេក្រោយមកដួរប្រទេសនៃការយើងខ្លួន និងអស់កម្មាំងបន្ទាប់ពីធ្វើបាលនាលាតសន្ថិជ្ជហ្មសប្រមាណ និងឈានផលតំបន់ខ្លួនការសម្ងាត់។

- បញ្ហាសុខភាពបន្ទុពុជ

ការយើរយុទ្ធបែកតាក់នៃផ្ទៃនៅក្នុងនិងសម្ងាត់ពេលនៅក្នុងក្រុងកំអាធនានំខ្សោយមានការរំលូតក្នុងដោយឯកជន ការសេម្រាលក្នុងមិនគ្រប់ខែ ទាក់មានទំនុះស្រាល និងសម្ងាត់ឈាមខ្លួនអំឡុងពេលមានផ្ទៃពេល។



វិធានការការពេរ:

ឯុងទីកគ្គតែត្រូវបានបំពេញដោយទីកតែម្មយ
ធ្វើកបុណ្យរាជការនៃស្ថាបនុយទម្រង់ហើយការត្រួត
ត្រូវបានធ្វើឱ្យដោយស្រួលភ្លើងការផ្តាស់ទីដោយ
ផ្តល់ឯុងឆ្លាសិចដែលមានការសម្រាប់
ជូតកំណលតង្វា។

គ្រឿងបរិភារត្រឹមត្រូវសម្រាប់ការសំអាតខ្ពស់
ត្រូវបានគេផ្តល់ឱ្យដូចជាចេញកីឡាដើរការការពេរនៃនាន
និងខេបករណីដើរដើម្បីបានសម្រាប់។ នេះ
បានការសំអាតបន្ទាយចំណុចនៃពេលវេលាដែលមួក
បានសំអាតបានចំណាយដើម្បីទៅដើរដើម្បី
ខាងលើ។



- ដំឃីផ្លូវដោះស្រាយ និងដំឃីហើត។

ការសិក្សាមួយបានចងុលបង្ហាញថាអ្នកបានសំអាតប្រឈមនិងហានិតិយុទ្ធស័ក្សាត្រូវបានដំឃីហើតដោយសារលក្ខខណ្ឌការងារចំណុច ១,៧ ដងបើប្រៀបដោះស្រាយនិងមុខរបរធ្លើសៅរ៍ទេ។
ហានិតិយុទ្ធនេះដំឃីហើតគឺខ្ពស់ជាតិសេសសម្រាប់ការសម្រាតដ្ឋាន ការដុសខាត់គ្រឿងសង្គារីម
ការបួរុជាលិនិងបានសម្រាតគ្រឿងសង្គារីម និងការសម្រាតគ្រឿងបរិភារអនាម៉យ។

**- ការចំណេះចាល់ពីសារធាតុគិមិនៅក្នុងការសំ
អាតបែស់ដែលមានផ្តុកសារធាតុគ្រោះថ្វាក់។**
អ្នកសម្រាតអាចចំណេះចាល់តាមរយៈការដកដ
ធ្វើមចូល សែក និងត្រួក វិតាមរយៈការទទួល
ទាន។ ផលិតផលខ្ពស់អាចមានភាពនាប់សេះ
ខ្ពស់។ ខស់នូលអាចត្រូវបានបង្កើតឡើង
ប្រសិនបើផលិតផលត្រូវបានបាយបញ្ចូលត្រូ
ដូចជា ក្លិនបាយជាមួយអាសីត វិអោម្ចារក
ផលិតខស់នូល និងសារធាតុគ្រោះថ្វាក់
មួយចំណុចអាចបង្កើតគ្រោះថ្វាក់ដល់សុខភាព
របស់កម្មករដែលមានផ្តុះពេះ និងទាក់
ដែលមិនទាន់កែត។

វិធានការការពេរ:

- អានដោយយកចិត្តទុកដាក់និងធ្វើតាមការ
ណែនាំដែលមានជាក់លើឯុងគិមិ។
- ពាក់ខេបករណីការពារផ្តាល់ខ្ពស់ដូចជាម៉ាស
ប្រសាមដៃ ស្រីដៃ ម៉ាសក្រុណាត់ដែលមានតម្លៃ
និងប្រសាមដៃ។
- ប្រសិនបើអ្នកបានចំណេះចាល់ជាមួយសារធាតុ
គិមិហើយ ត្រូវលាងដៃ ដើម្បីជាមួយសាបី
និងទីកច្ចោមឱ្យបានលើវិន។
- បន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់ហើយ សារធាតុគិមិត្រូវតែក្នុ
ទុកជាមួយគ្នា និងបិទជិត។

- ការដំណឹង រីអិល

មន្ទុសយុជាប្រើយធម៌លើតង្គផែលន
វាសេមបន្ទាបពីសម្ងាត់ហើយ។



វិធានការការពារ:

- ប្រើប្រាស់ជលិតជលសម្ងាត់ទ្រីមត្រូវ
តាមចំណុះនន
- ទូកពេលខ្សោយសាបី មានពេលដោគប្រកប្រាន់
ដើម្បីធ្វើការនៅតំបន់ដោតិខ្លាប្រា
- ចំរក្បាខករណីសំអាត ដូចចេះវានៅពេលន
ប្រសិទ្ធភាព
- ប្រើប្រាស់ប្រាប់ជួតស្ថិត វិប្រាប់ជួតទីកនោះលើ
តង្គផែលសេមដើម្បីការតំបនយពេលស្ថិតតង្គ
បូន្ថែត្រូវបង្ការចាំថាមពេលតង្គនៅសេមវានៅពេល
មានហានិភ័យក្នុងការអិល
- ទោះបីជាប្រើប្រាស់ប្រាប់ជួតលូកំដោយ
កំភានិងការបន្ទូលខ្សោយទីកនោះលូមក្រប់
គ្រាន់ដែលបង្កើតជាបានឯភ័យក្នុងការអិល
នៅលើតង្គណែងបានដោ
- បញ្ចប់អ្នកដំណើរបីរដើម្បីដើរឡើងទ្រីមត្រូវនៅលើតង្គ
ប៉រលោងដែលសេមដោយប្រើប្រាស់រចាប់
វិជាក់សញ្ញាបើម្បីព្រមានពីគ្រាប់ច្បាក់ ចាក់សោ
រទ្រ វិធ្លីកដែលសម្ងាត់។

វិធានការការពារ:

- ប្រើប្រាស់ជណិរលូសម្ងាប់ការដោរបស់អ្នក និង
មានលក្ខណៈលូ
- ប្រើប្រាស់ខបករណីត្រីមត្រូវសម្ងាប់ការសម្ងាត់ទី
ខ្ពស់
- ត្រូវប្រាកដចាកម្ពុកសិតនៅទីតាំងត្រីមត្រូវពេលលើក
យុរ និងជាក់របស់ចុះ
- ប្រសិនបើរបស់ជួតនៃខ្សោនៅពេល អ្នកគ្នាអែតស្វែងរក
នរណាម្នាក់ដើម្បីទ្រួចរាយ។
- រក្បាខករណីអគ្គិសនិ និងខ្សោយត្រីដើម្បី
និងខបករណីតាំងនោះសិតនៅក្នុងលក្ខណៈលូ។
មិនត្រូវបង្ការចាំខបករណីអគ្គិសនិដោយខ្លួនឯងទេបុះ
ត្រាគៅអ្នកត្រូវបានទទួលស្ថាល់ខាងអ្នកដំនាថ្ង
អគ្គិសនិ។
- ទូកខ្សោយត្រីដើម្បីព្រមានរបៀប និងនៅម្បយកនៃន
ពេលដែលអ្នកមិនប្រើប្រាស់វា។

2. តើហានិភ័យអ្នកដែលមក ពីខបករណីសម្ងាត់ ?

- ជាក់ពិធីណិរ
- ប្រើប្រាស់សាប់ដុំលើសកម្មិត
- តវ៉ាន់ជ្រុន
- ធម៌ខ្សោយត្រីដើម្បី
- ជំពោះដើរនិងខ្សោយត្រីដើម្បី



ការងារគ្រោះច្បាក់ដោយខ្លួន

ទោះបីជាចនកេសខ្លួនជាប្រើប្រាស់ដែលបានកេសខ្លួនទៅប្រព័ន្ធគេប្បមូលផ្តើនៅក្នុងតំបន់ដែលបានរៀបរាប់ខាងលើក៏ដោយ ក៏មានការងារគ្រោះច្បាក់មួយចំនួនដែលដែលកេសខ្លួនមួយចំនួនតូចត្រូវបានដាក់ឡើងដើម្បីការ។ កម្មករនៅក្នុងសិស្សយដែលមិនមានបទប្បញ្ញត្តិទាំងនេះប្រើប្រាស់តួកគេនៅក្នុងបទដាក់ការងារមិនអាចកេតែការឡើងឡើងការ។ ដូច្នេះវាពិតាកេតែការងាររបស់តួកគេនៅក្នុងបទដាក់ការ។ ទោះយ៉ាងណាក៏ដោយក៏មានជាក់លាក់ដែលយើងអាចធ្វើបានដើម្បីកេលមួលក្នុងការងាររបស់តួកគេ។

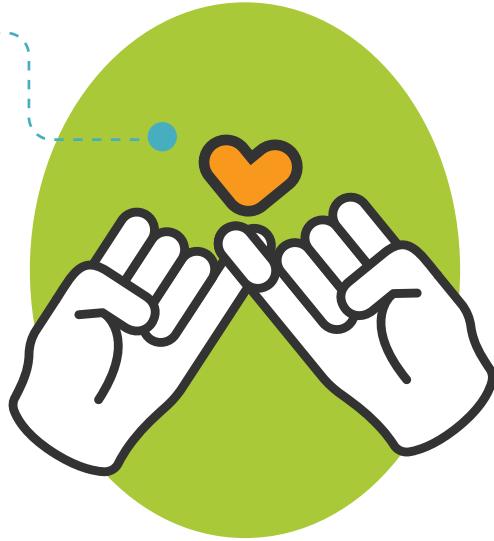
នេសាទ

- អ្នកនេសាទគឺតែដឹងអំពីអីដែលអាចបង្កើតកោះច្បាក់នៅក្នុងកេន្លែងការងាររបស់តួកគេដូចជាការលេងទីការរាយរបស់របស់បណ្តាលមកពីមាត្រាសុំនៃធ្វើការរឿងសំកម្លាំងដែលបណ្តាលមកពីធ្វើការងារហ្មសកម្មភាព។
- អ្នកគឺតែដឹងពីរបៀបសង្ឃារៈបបមតាមដែលរាយធ្វើបាន។ ពេលទ្វាក់ទ្វាក់ មានតែអ្នករួម ការងារទៅដែលអ្នកអាចពិនិត្យការងារ។ មុនពេលចាប់ធ្វើមរដូវនេសាទ សូមធ្វើឱ្យប្រាកដចាបករណិតសង្ឃារៈបបមរបស់អ្នកត្រូវបានជាក់ខ្សោយពេញ។
- ដើម្បីធ្វើយសសង្ឃារៈដើរបស់នាកីក អារ៉ាពេងមិត្តភក្តិ និងខ្សោយការពារគូរតែត្រូវបានប្រើ។ ខ្សោយការពារគឺជាដាក់ខ្សោយដែលត្រូវបានប្រាកដដោយបង្កើតកេតែការងារ។ និងដើម្បីធ្វើដោយបង្កើតកេតែការងារ ដោយចុងម្នាច់ឡើតត្រូវបានបង្កើតកេតែការងារ។
- ដោយសារលក្ខណៈនៃការងារនេសាទមានលក្ខណៈខ្លាំងអ្នកគឺតែធ្វើឱ្យប្រាកដចាបអ្នកមានពេលសម្រាកគ្រប់គ្រាន់និងដោយសារលក្ខណៈនៃការងារ។ មានជាតិអាល់កូលដែលអាចប៉ែះពាល់ដែលសម្រាកត្រូវការងារដោយអារម្មណ៍និងសុវត្ថិភាពការងារ។



ពេស្តាតា

ពេស្តាតានេនៅក្នុងប្រទេសប៊ែ។ អ្នករកសិធម៌វិញទ្រូវប្រយ័មនីងហេនិតិយខ្ពស់នៃវំពើហើង្វានៅក្នុងដើរការដែលអាចនាំឱ្យមានផលប៉ះពេលអវិជ្ជមានផលសុខភាពដូចជាចំណើន្តាក់ទឹកចិត្ត ជំនួសក្រាយឆ្លងជំនួកាមពេកអេដស៍ ការមានថ្មីពេលដោយមិនបានគ្រោងទុក និងការស្តាប់ (Deering KN, Amin A, Shoveller J et al, 2014)។ ខាងក្រោមនេះជាសកម្មភាពបង្ហាមឱ្យបង្ហាញដែលអ្នកធ្វើការអាចអនុវត្តដើម្បីកំណត់អសុវត្ថិភាពរបស់ពួកគេឡើង។



- ឲ្យនរណាម្នាក់ដឹងពីពេលណាត ក្នុងណានេដែលអ្នកជួបជាម្នាយនឹងអតិថិជន។ វិធីម្នាយទៀតគឺមាននរណាម្នាក់ដើរដែរទៀតនៅក្នុងដែលអាចធ្វើអនុវត្តមន្ត្រានបើចាំបាច់។
- លាក់សម្ងាត់មុតស្រួច វិគ្រោះថ្នាក់នៅក្នុងបន្ទប់ដែលអាចប្រើប្រាស់ប្រចាំងនឹងអ្នកដោយអតិថិជន។
- ការប្រើប្រាស់គ្រឿងពេញសារជាតុ វិអាលប់កុលរបស់អតិថិជនគឺមានបញ្ហាដាតិសេស។ អតិថិជនស្រើងមានទំនៈនៅទៅកែវាតាកេងកាប និងផ្តួចធ្វើមកំនិតឈរូវៗដែលអាចពិចាក្រុងការដោះស្រាយនៅពេលណានកំពើតម្រូវការដែលបានកំណត់សម្ងាត់ និងដោះស្រាយ។
- ទាមទារដែលមានភាពចាំបាច់ក្នុងការប្រើប្រាស់របស់ការពារជាតិសេសស្រោមអនាម៉យដែលរាបជួយបង្ហាមអ្នកពិធីកាមពេកជួន់ជួបជាតា អេដស៍ និងពេកស្តាយ វិការមានថ្មីពេល។

មានអង្គការម្នាយបង្ហាញនៅក្នុងប្រទេសប៊ែដែលផ្តល់ការគាំទ្រតាមវិធីដើរដែរទៀត និងលើកកម្មសំដើរភាពរបស់អ្នករកសិធម៌វិញទ្រូវប្រយ័មនីងកិត្តិសញ្ញាតិរបស់ពួកគេ។ អ្នកត្រូវបានលើកទឹកចិត្តឱ្យទាក់ទងអង្គការដួចខាងក្រោមសម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម។ ដើម្បីទាក់ទងអង្គការម្នាយបង្ហាញអ្នកប្រហែលជាត្រូវការអ្នកដែលបេះភាសាបែបដើម្បីជួយក្នុងការទំនងជ្រើន។

Health Center 28 (មណ្ឌលសេខាង 28)

Health Center 28 (មណ្ឌលសុខភាព 28) ប្រតិបត្តិការគ្រឿនិកសុខភាពផ្លូវកេទេ ដែលធ្វើឡើងជាប្រព័ន្ធនឹងផ្លូវការព្យាបាលដំឡើងការពេទ្យជួលដារអេដស៊ស និងការពេទ្យស្តាយ។ មណ្ឌលសុខភាពកំណើលផ្លូវការព្យាបាលម៉ោង និងចុះសម្រាប់ PrEP ដែលជា វិធីសាស្ត្របង្ការមេពេទ្យអេដស៊ដែលអ្នកដែលមិនមានផ្លូវការមេពេទ្យអេដស៊លើបច្ចុប្បន្ន កាលប៉ះថ្មីដើរកាត់បន្ទូយហានិកយ៉ាន់ការពេទ្យមេពេទ្យអេដស៊ប្រសិនបើពួកគេ ប្រឈមនឹងមេពេទ្យ។ គ្រឿនិកនេះក៏ធ្វើការគេត្តុពិនិត្យដំឡើងមហាផិកមាត់ស្អានដីដែរ។ អ្នកដីថ្មីដែលមិនមែនជាដែនជាតិថែរីក្រោមត្រូវតែបង់ប្រាក់សម្រាប់សេវាកម្មនេះ។ ចុះព្យាបាលគឺមានតម្លៃសមរម្យ។ អ្នកអារម្មានការពេទ្យ AAT និងរណាម្នាក់ដែលអ្នក ស្ថាប់ដែលជាអ្នកដែលអារម្មានិយាយអង់គ្លេស វិប័យឱ្យអ្នកក្នុងការទេនកាត់ទំនងជាមួយមណ្ឌលសុខភាព។

ເບີນສາຍ: <http://www.bangkok.go.th/healthcenter28>

លេខទូរសព្ទ: 02-860-8210

អាសយដ្ឋាន: 124/16 ផ្លូវ ក្រុងផ្ទះ តំបន់ បាយក្បាហក្នុងក្នុង, ស្រុកខ្លួន, បាយក្បាហ, ប្រទេសលេខ 10600



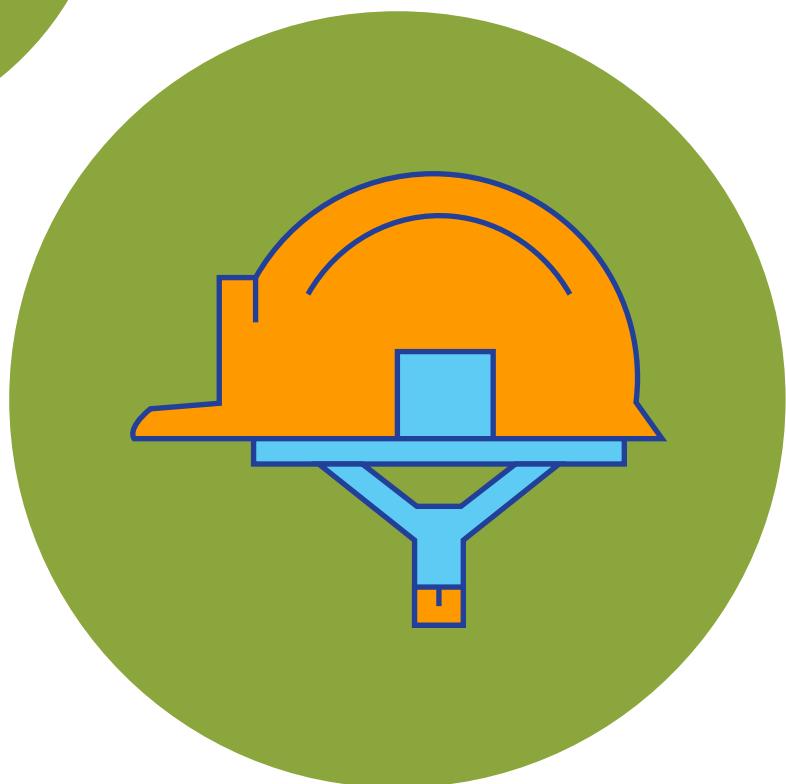
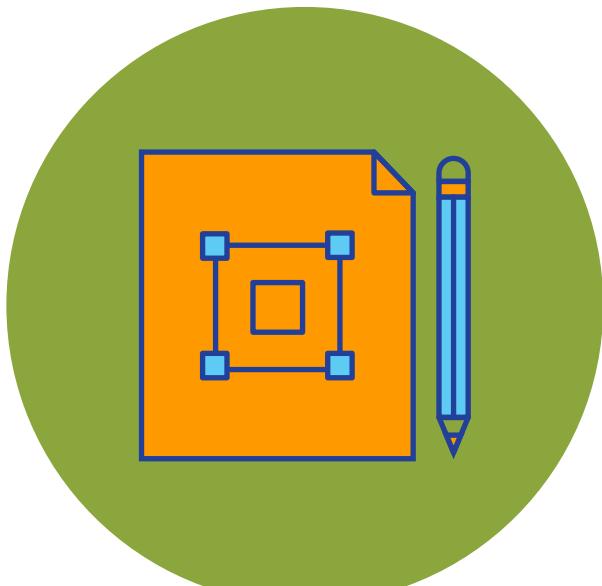
The Anonymous Clinic (និកមិនមានឈ្មោះ)

The Anonymous Clinic (និកមិនមានឈ្មោះ) នៃមជ្ឈមណ្ឌលស្រាវជ្រើស រាជធានីអេដស៊កាកបានក្រហមថែបីកនៅថ្ងៃសែវបាប់ពីម៉ោង 8:30ព្រឹក ដល់ 11:00 ព្រឹកដើម្បីផ្តល់សេវាបាក់វាក់សាំងដម្លីរលាកដើម្បីប្រភេទ A, ដម្លីរលាកដើម្បីប្រភេទ B និងការបាក់វាក់សាំង HPV។ តួនិកក៏ធ្វើតែស្ថាប្រព័ន្ធតិនិត្យ និងផ្តល់ការព្យាបាលសម្រាប់ជម្លីការមេគោរដដែរដូចជា PrEP និង PEP ដែលជាឯកខ្លឹម្បួយដែលត្រូវទទួលយកច្បាំព្យាបាលមេគោរដអេដស៊កាកបានក្រហម។ និងការការងារនៅក្នុងខ្លួនរបស់អ្នក។

ເພື່ອສາຍ: <https://th.trcarc.org/th>

លេខទូរសព្ទ: 02 2516711-5 EXT 102

អាសយដ្ឋាន: 104 ផ្លូវ កំពង់ជាំវិ, ប៊ែងចុះ, បានកក,
ប្រទេសលេខ 10330



ផ្លូវបាលនិធិដោយរដ្ឋភាគីបាលសហរដ្ឋអាមេរិក