

# SỔ TAY AN TOÀN SAFETY MANUAL

**“HÃY NHỚ AN TOÀN LÀ TRÁCH NHIỆM CỦA TẤT CẢ MỌI NGƯỜI”**  
**“REMEMBER- SAFETY IS EVERYBODY'S RESPONSIBILITY”**

**AN TOÀN LÀ TÙY THUỘC VÀO BẠN**  
**YOUR SAFETY DEPENDS ON YOU**

**AN TOÀN LÀ TRÊN HẾT**  
**SAFETY FIRST**

**THÔNG QUA CUỐN SỔ TAY AN TOÀN LAO ĐỘNG, CHÚNG TÔI MONG MUỐN MANG ĐỀN CHO CÁC BẠN NHỮNG KIẾN THỨC CƠ BẢN NHẤT VỀ CÁCH TỰ BẢO VỆ MÌNH VÀ MỌI NGƯỜI XUNG QUANH NHẰM HẠN CHẾ TỐI ĐA CÁC TAI NẠN VÀ THƯƠNG TỐN CÓ THỂ XÂY RA TRONG MÔI TRƯỜNG LÀM VIỆC**

**WITH THIS SAFETY BOOKLET, WE HOPE TO BRING YOU HELFUL KNOWLEDGE SO THAT YOU CAN HELP IN PRESERVING LIFE AND PROPERTY BY REDUCING ACCIDENTS AND INJURIES THAT MAY OCCUR ON YOUR WORK PLACE.**

## LỜI NÓI ĐẦU

Sổ tay này hướng dẫn bạn làm việc một cách an toàn trên công trình Dự án. Việc tối quan trọng là bạn phải đọc và hiểu rõ nội dung của sổ tay này, và nhớ áp dụng chúng vào công việc. Luôn mang theo sổ tay này bên mình để đề phòng trong trường hợp bạn quên những nguyên tắc an toàn, có thể đọc lại để phòng tránh tai nạn.

Sổ tay này qui định những đòi hỏi tối thiểu cho việc lao động an toàn. Nó có thể không chỉ rõ mỗi một hoặc tất cả những tình huống cụ thể, nên người lao động phải luôn cảnh giác trong khi làm việc. Trước khi làm một công việc nào mới hoặc thực hiện điều gì mới không theo những cách thông thường thì phải suy xét cẩn thận trước khi hành động, cố gắng xác định có những mối nguy hiểm liên quan đến công việc hay không? Hoặc công việc bạn sắp làm có gây ra hậu quả khó lường hay không? Bạn hãy nhớ rằng: lao động không để xảy ra tai nạn, an toàn tùy thuộc vào bạn.

Các bạn hãy góp sức làm cho chỗ làm việc được an toàn cho mình và cho mọi người.

## PREFACE

*This safety manual shall provide you with guidelines on safe working practices for your safety during your stay in this project.*

*It is very important that you read this and understand the contents of this safety manual, and remember to apply it at all times. Always keep this manual with you so that you can refer to it in case you forgot the safe working practices, that will help you and your co-worker avoid accident and preserving life and properties.*

*This safety manual stipulates the minimum requirements for the safe construction of the project. This can never provide for each and every situation and employees must take in to consideration their safety and their work at all times. Before doing any job or doing any thing in unfamiliar job, think carefully before you act and try to determine whether there are any possible hazards associated with this job or whether the way you intend to do the job may have unpleasant results.*

*You are urged to do your part in making your work place a safe place for you and yours fellow workers.*

Hãy xem hình minh họa sau! Có những mối nguy hiểm gì?  
Let's think together! What are the possible injuries can be obtained in this picture?

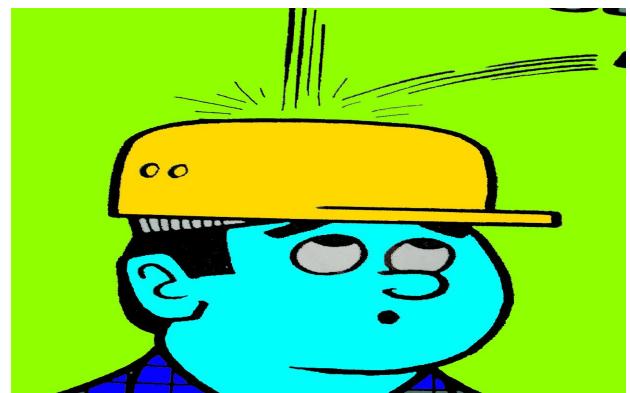
### Tình huống/Situation

Anh ta bị vật liệu rơi trúng đầu.  
*Falling debris hits the head of a worker.*



### Biện pháp/Solution

Để bảo vệ đầu không bị tổn thương do va đập, vật liệu rơi từ trên cao. **Bạn phải đội nón bảo hộ.**  
*Safety helmets will help protect your head from falling objects, knocks, bumps.*



Anh ta giẫm phải đinh khi mang giày vải.  
*He stepped on a nail.*



Để tránh giẫm phải những vật liệu bén nhọn, đồng thời té ngã do trơn trượt **phải mang giày bảo hộ.**

*Remove all nails properly. Wear safety shoes to protect your feet from falling objects and to prevent slips.*



Anh ta đang đục bêtông bằng dụng cụ cầm tay.

*He is using hand tools for chipping*



Công nhân đục phá kim loại hoặc bêtông bằng các dụng cụ cầm tay **phải đeo kính bảo hộ** để tránh mảnh bêtông, gạch đá và các vật liệu khác bắn vào mắt.

*Workers should wear safety goggles to protect their eyes from the following hazards, flying objects, dust, d e b r*



Anh ta đang khiêng vỉ sắt.

*He is handling a grating material.*



**Phải mang găng tay bảo hộ** khi tiếp xúc với những vật liệu bén nhọn hoặc khiêng đồ nặng.

*Safety gloves must be worn when handling sharp objects, carrying heavy objects to avoid hand injuries.*



Anh ta đang đục phá bằng búa hơi.

*He is using a concrete breaker.*



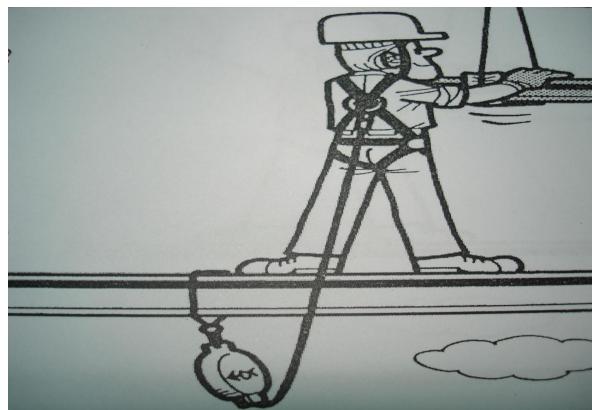
**Dùng thiết bị bảo vệ tai để chống tiếng ồn.**

*Wear ear plugs to protect your ears in high noise area.*



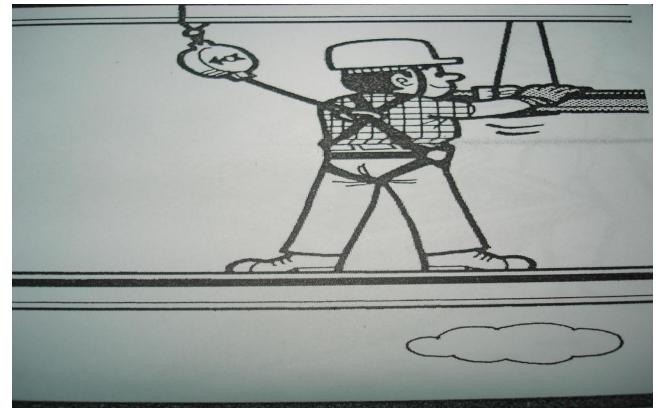
Anh ta móc dây an toàn vào thanh dầm phía dưới chân.

*He is using a safety belt that is secured to a beam below.*



Khi làm việc trên cao để tránh té ngã, **phải thắt dây an toàn và móc vào nơi chắc chắn**. Điểm móc dây an toàn nằm trên cao so với sàn thao tác.

*To prevent falling from heights, wear a safety belt across the waist and anchor it to a strong and secure point. The level of anchor point shall be higher than working area.*



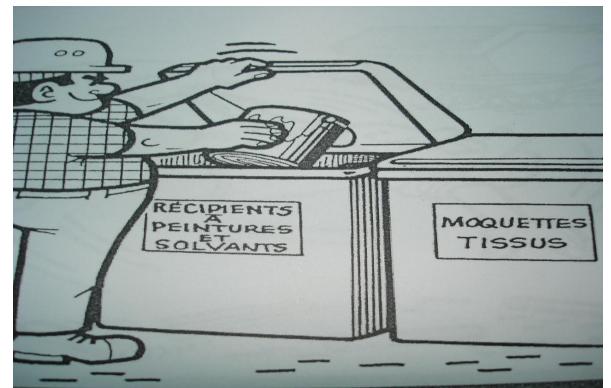
Anh ta đang thu dọn vệ sinh.

*He is collecting all waste material in one bin.*



Những vật liệu thừa, vật liệu thải, rác...trong quá trình sản xuất phải được thường xuyên thu gọn sạch sẽ. Các vật liệu này phải bỏ riêng theo từng loại cũng như các thùng đựng rác phải được phân biệt bằng biển báo.

*All scrap and refuse bins must be clearly marked as to what type of the scrap or refuse must be deposited there.*



Anh ta trượt chân và té ngã.

*He slips on a loose pipe.*



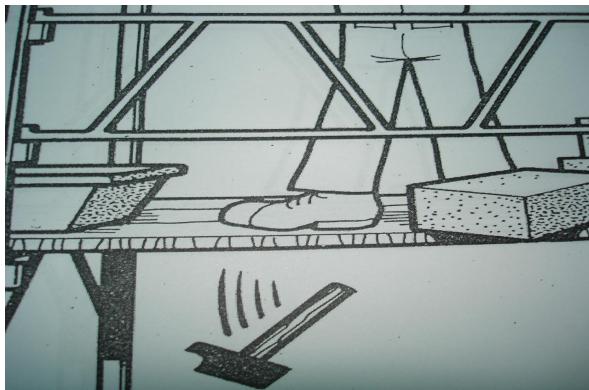
**Phải thường xuyên thu dọn các vật liệu thừa, vật tư không dùng đến và rác rưởi tại vị trí làm việc, lối đi lại...**

*The working area must be kept tidy at all times, Access areas and road ways must be clean from surplus or scrap material.*



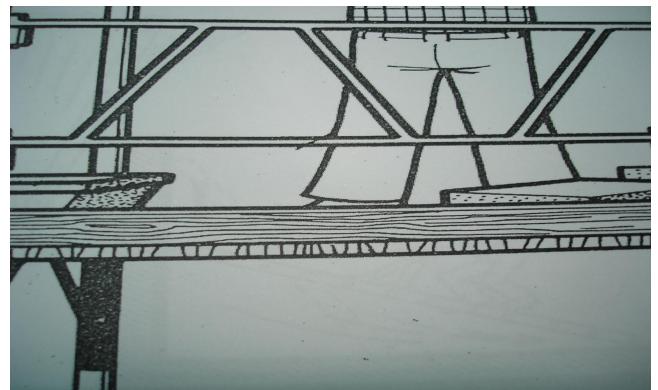
Anh ta đang làm việc trên sàn thao tác, dụng cụ cầm tay đang rơi từ trên cao xuống.

*Working on elevated platform.*



**Gờ chắn phải được lắp đặt sát cạnh rìa sàn thao tác để tránh các loại vật tư, dụng cụ rơi từ trên cao xuống.**

*Toe boards should be installed at the outer edges of the platform to prevent tools and other materials from falling.*



Anh ta đang leo lên thang và bị té ngã.  
He is climbing an unsecured ladder.



**Thang phải được cố định chắc chắn** vào công trình, chiều rộng của thang không được nhỏ hơn 30 cm, các thanh ngang phải đặt cách đều nhau một khoảng là 40 cm.

*Ladders must be on a firm, level base, supported on each stile, adequate space behind each rung is 40 cm, and the width of the ladder should be at least 30 cm.*



Anh ta đang đi lại trên các thanh giằng bắc ngang qua mương.

*He is crossing the trench on a wooden board.*

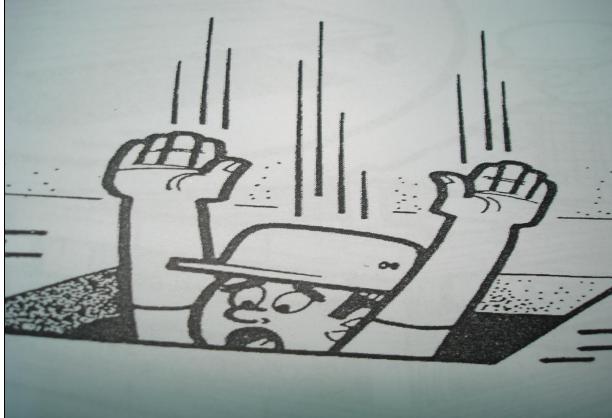


**Lối đi lại**, cầu tạm bắc qua mương rãnh, hố đào...phải được lát ván và làm lan can bảo vệ.

*Bridges and gangways should be provided and must be equipped with handrails.*

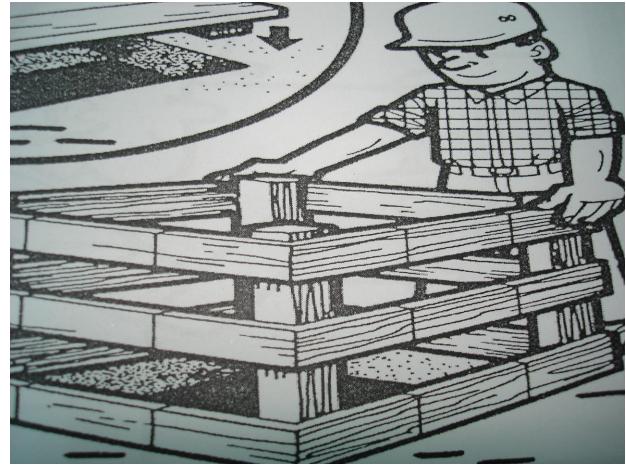


Anh ta đang rơi xuống lỗ hổng trên sàn.  
He falls into a hole on the floor.



Những giếng, hầm, hố trên mặt bằng và những lỗ trống trên các sàn, tầng phải được đậy kín và rào ngăn chắc chắn.

Protective barricades must be installed around the holes, openings on floors and on the ground



Anh ta đang mày mò vào hộp điện  
He is poking inside a faulty electrical box with his bare hand



Khi các thiết bị điện có sự cố, cấm tự ý sửa chữa, phải báo ngay cho những người có trách nhiệm, người được trực tiếp phân công mới được kiểm tra sửa chữa, thay thế, đóng hoặc cắt các thiết bị điện ra khỏi lưới điện.

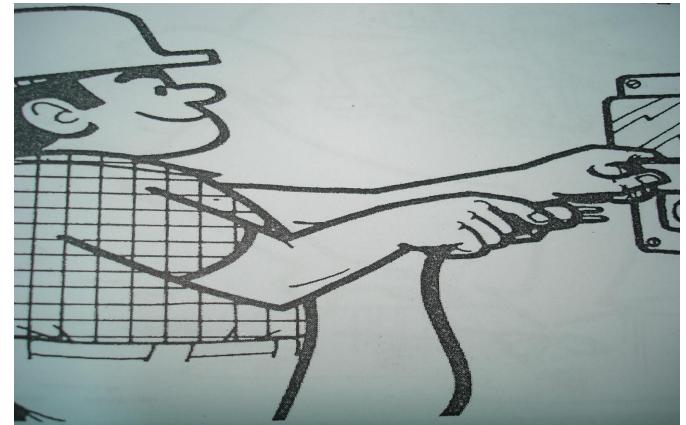
Do not try to fix faulty electrical wires. Only duly authorized personnel, certified electrician should be allowed to adjust, examine, repair, displace or remove electrical equipment or circuits.



Anh ta đang cắm hai đầu dây vào ổ điện.  
He is connecting the tail end of electric cables to a socket outlet without plug.

Khi cắm các động cơ điện, dụng cụ điện và các thiết bị điện khác vào ổ điện ra, bắt buộc phải sử dụng phích cắm. Cắm đầu, ngoắc, xoắn các đầu dây trực tiếp vào ổ cắm.

Plugs must be properly connected on a power supply.

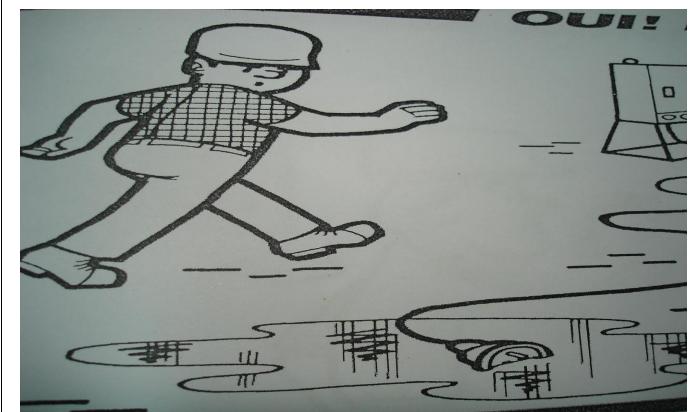


Anh ta đang nhắc phích cắm, dây điện ra khỏi vũng nước.

Electric cable lying on water.

Cắm để các động cơ điện, dụng cụ điện, dây điện và các thiết bị điện tiếp xúc với nước. Trong trường hợp đã xảy ra thì phải ngắt các thiết bị điện khỏi lưới điện ngay, trước khi đem chúng ra khỏi khu vực đọng nước.

Do not let electrical equipment or a wire in contact with water during construction work...in case this happens always switch off the power supply before pulling the plug or removing the wire out of the water.



Anh ta đóng điện khi có người đang sửa chữa.

*He is switching the power on when temporary electric power supply is stopped for servicing or repairs by qualified person.*



Cấm đóng, mở các cầu dao, công tắc ở hộp điện, bảng phân phô, khi có biển báo “cấm đóng điện” thông báo có người sửa chữa đang hiện hữu

*No one is allowed to switch on the power supply without prior noticed from his immediate superiors except for authorized personnel's.*



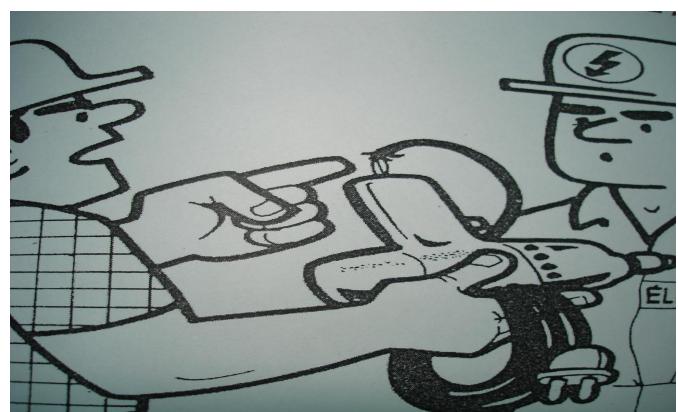
Anh ta đang chuẩn bị khoan bằng dụng cụ điện cầm tay.

*He is drilling with a faulty portable drill.*



Phải thường xuyên kiểm tra, bảo dưỡng các dụng cụ điện cầm tay, khi bị hư hỏng, đứt dây, hở mối nối, chắp mạch...hoặc nghi ngờ, phải báo ngay cho thợ

*User shall be responsible for the proper maintenance and cleanliness of the power tools assigned to them and to report to a person responsible in case of any problem regarding his power tool; damage on cord, terminals, connection or unusual condition discovered.*



Anh ta đang té từ trên sàn thao tác.  
*He is working on a platform.*



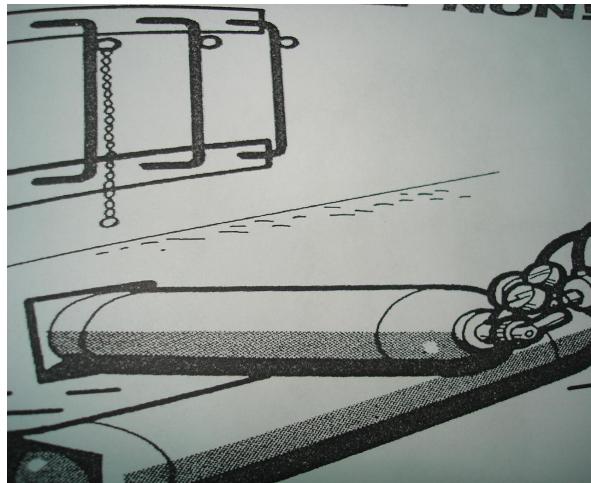
Xung quanh sàn thao tác hoặc vị trí làm việc có cao độ 2m trở lên có nguy cơ té ngã, phải có lan can bảo vệ xung quanh cao 1m và được lắp đặt mặt trong sàn thao tác.

*Every side of a working platform or a working place from which a person may fall more than 2m must have a suitable and adequate guard rails. It should be installed 1m from the bottom of the platform*



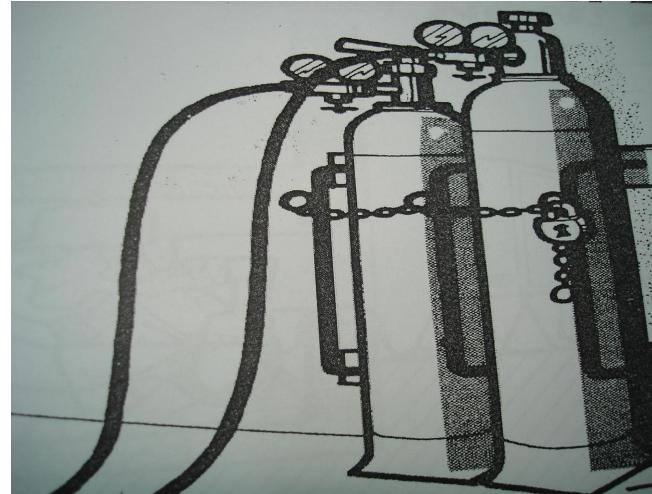
Các chai gas, oxy, acetylene nằm rải rác trên mặt đất.

*Compressed gas cylinders are lying on the ground.*



Các chai gas luôn để thẳng đứng trong các giá và được cố định bằng xích, móc hoặc đai để tránh rơi ngã.

*Compressed gas cylinders should be properly secured in an upright position on fixed or portable racks.*

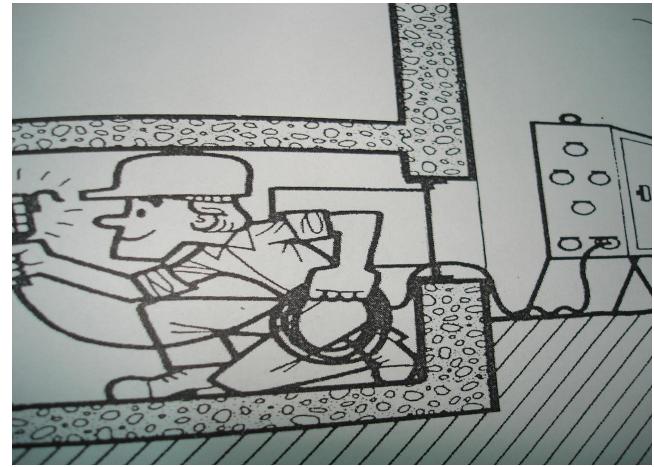
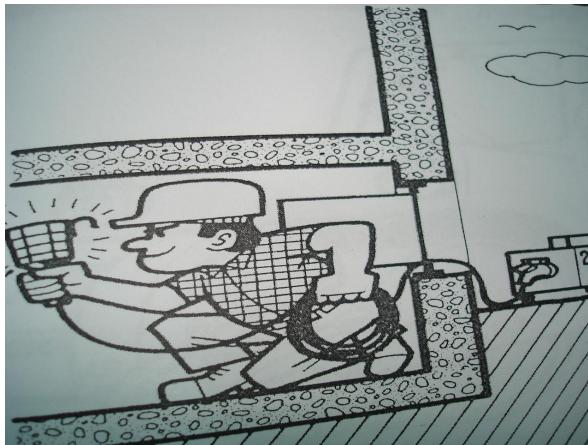


Các chai gas, oxy, acetylene nằm rải rác trên mặt đất.

*Compressed gas cylinders are lying on the ground.*

Làm việc ở những công trình ngầm, nơi thiếu không khí, tắt cả các thiết bị điện, đèn chiếu sáng đều phải được bảo vệ ngắt mạch và quá tải, như ổn áp, role, aptomat... để bảo vệ thiết bị an toàn và tránh nguy cơ cháy nổ do quá tải, chập mạch...

*When working on a confined space, Voltage Stabilizer and earth leakage circuit (ELCB) shall be used for power supply of lighting and other power tools and appliances.*

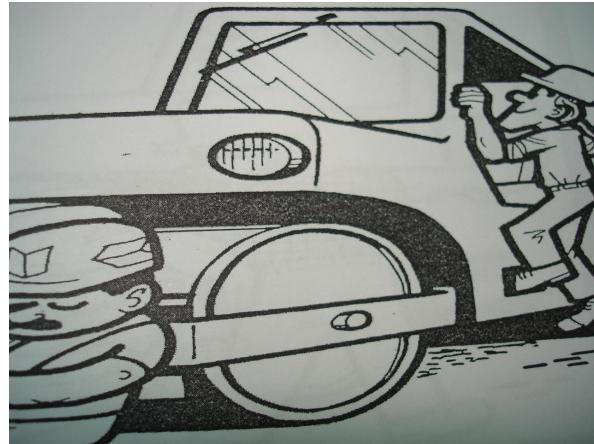


Anh ta đang ngủ dựa vào xe cơ giới.

*A worker is sleeping in front of mobile equipment*

Trước khi vận hành, người điều khiển phương tiện phải kiểm tra xung quanh, trên nóc xe, dưới gầm xe, phòng trường hợp có người hoặc chướng ngại vật nguy hiểm.

*Before moving a vehicle from a parked position, the driver must check around, under and above the vehicle for possible presence of persons, objects and other hazards.*

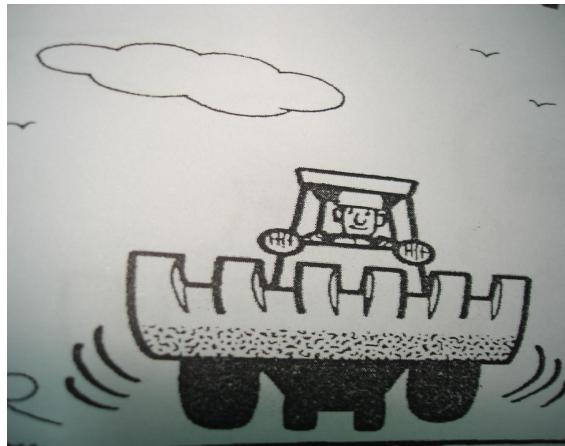


Anh ta đang điều khiển xe xúc với tốc độ nhanh.

*He is driving fast with payloader.*

Phải tuân theo luật giao thông trong nội qui công trường. Trong phạm vi công trường xe phải chạy với tốc độ không được lớn hơn 15 km/h.

*When driving on site access roads, observe the speed limit. A speed limit of 15 km/h is applicable on all access roads on the site in case there is no signage*



Công nhân đứng trên thành xe và bị té ngã khi xe di chuyển.

*They are standing on the back of the truck*

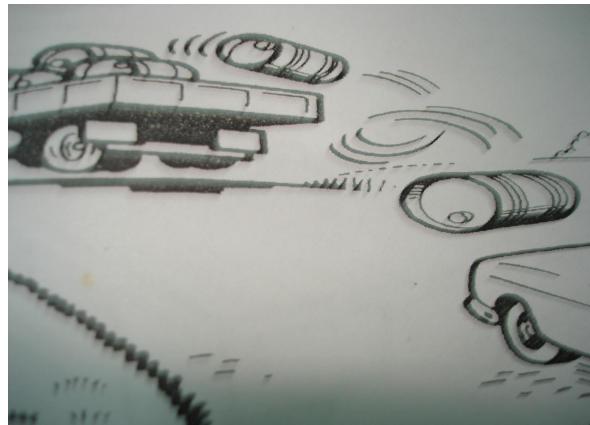
Cấm chở người trên các loại ô tô cần trục, xe hàng, trên thùng xe ô tô tự đổ, trên rơ moóc và xe tèc kề cả xe tải có thành nhưng không được trang bị để chở người. Chỉ cho phép các xe thiết kế chở người hoặc phải ngồi trong cabin xe.

*No person shall be allowed to seat on the back of the truck, tailboards or any parts of vehicle, truck, trailer...., except on the seat inside the vehicle.*



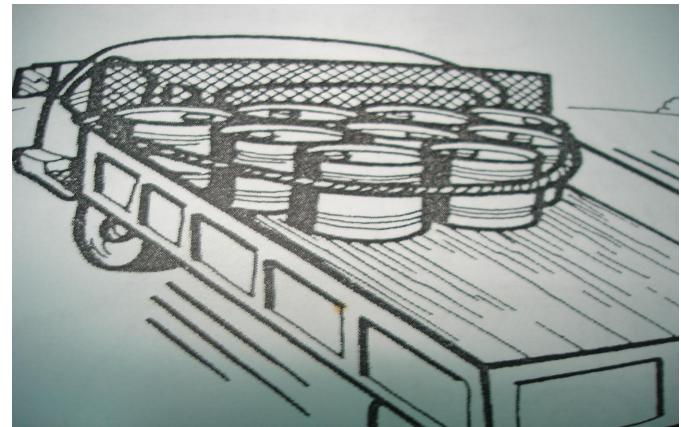
Vật tư, hàng trên thùng xe đang rơi trong quá trình vận chuyển.

*Materials, drums may fall from the truck when moving.*



Đối với các loại xe chở hàng, vật tư phải có vật kê chèn giữ và chằng buộc chắc chắn để tránh rơi đổ, xê dịch trong quá trình vận chuyển.

*Trucks that are used to transport materials, goods, equipment... shall be equipped with setting arrangement securely anchored, a rear end gate before traveling.*



Anh ta đang làm việc trên thùng nâng xe cẩu tự hành.

*He is working on a mobile work platform.*



Đối với các loại xe chuyên dùng, xe cơ giới, thiết bị nặng việc kiểm tra tình trạng xe, hệ thống nâng, hệ thống tay lái cần chuyển và dẫn hướng, các ốc hãm các chốt an toàn..., phải được những người chuyên trách tiến hành kiểm tra định kỳ và thường xuyên. Các kết quả kiểm tra phải lưu vào sổ theo dõi, nhật ký.

*All crane accessories, apparatus, and other components... should be inspected regularly by a qualified person for this task and the date, findings, and actions taken should be recorded on logbook or special report form.*



Một số công nhân đang khiêng người bị nạn.

*Some workers are carrying an injured person*



Không được di chuyển nạn nhân trừ phi quá cấp bách, vội vàng, hấp tấp, vận chuyện không đúng cách sẽ đưa đến nhiều tai biến. Thông tin và biện pháp xử trí nhanh chóng, thích hợp ngay lập tức cho người bị nạn.

*Do not try to move an injured person. Do not be in a hurry to transport the victim. You may add injury to the victim by mishandling, jarring and shaking the victim. Communication and transportation must be organized immediately. The victim should be given first aid by a trained person while waiting for a doctor or ambulance.*



Anh ta đang tìm số điện thoại của bệnh viện để liên hệ xe cứu thương.

*No telephone directory on site.*



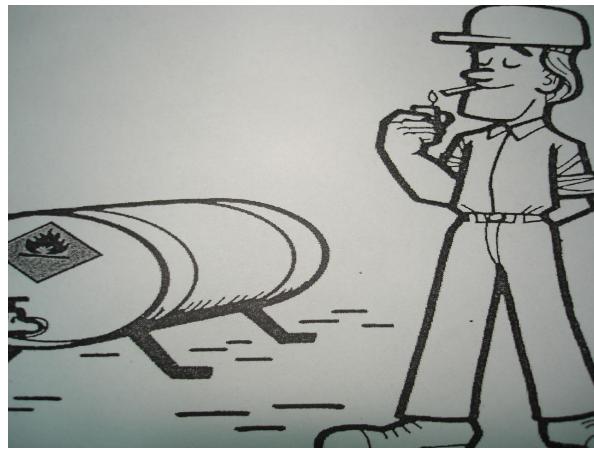
Danh sách số điện thoại khẩn cấp đặt gần mỗi điện thoại.

*A list of emergency numbers must be posted near every telephone*



Anh ta đang hút thuốc cạnh thùng nhiên liệu dễ cháy.

*He is smoking near a gasoline drum.*



Cấm hút thuốc, hoặc làm bất kỳ một việc gì có thể phát sinh ra tia lửa ở những khu vực có nhiên liệu dễ cháy, Chỉ hút thuốc đúng nơi qui định.

*Smoking and carrying of matches, lighters and other spark-producing devices are prohibited in a building or area where high flammable liquids are stored. "NO SMOKING AREA" must be placed in those areas.*



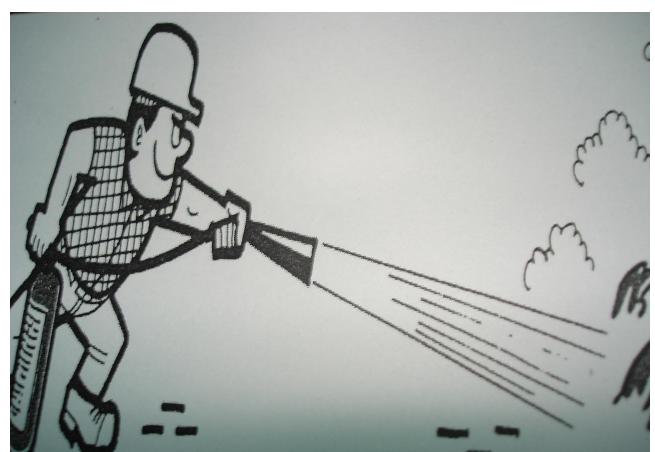
Anh ta đang tìm bình cứu hỏa.

*He is looking for a fire extinguisher*

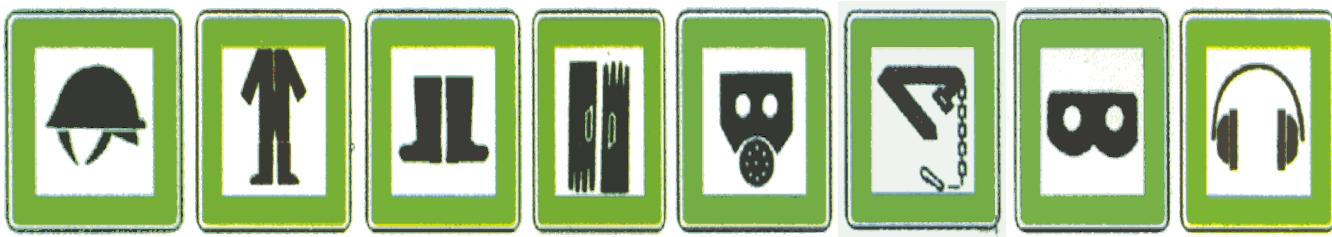


Xác định vị trí tất cả bình cứu hỏa, sử dụng bình chữa cháy.

*Fire extinguishers shall be located with in the reach and make sure that they are accessible at all time. Know the location of the nearest fire extinguisher.*



## BIÊN BÁO



CẤM QUA  
LẠI



COI CHỪNG  
CẦN TRỰC



COI CHỪNG  
CÓ ĐIỆN



COI CHỪNG  
TÉ NGÃ



KHÔNG PHẠM  
SỰ CẤM VÀO



KHÔNG ĐI  
QUA LỐI NÀY



NGUY HIỂM  
DỄ NGÃ



ĐEO DÂY AN  
TOÀN LÚC TRÈO



SỬ DỤNG KÍNH  
BẢO VỆ MẮT

CHÚC CÁC BẠN LUÔN LUÔN “AN TOÀN TRONG LAO ĐỘNG”

