

Kurdish

ئامۆزگارىيە گىرنگەكان دەربارەى پەيزە و پەيزەى چوارپىچكە (Top tips for ladder and stepladder safety)

خۆئامادەكردن بۇ دانانى پەيزە

- پۆژانە بەر لە بەكارهينانى، پەيزەكە پىشكەنە/چىكەكە (لەوانە پىچكەكانى پەيزەكە)
- پەيزەكە بە چاكى و بە چىگىرىيى دابنى
- ئەو زەوييەى پەيزەكەى لەسەر دادەنئىت دەبىت تەخت و رەق و تۆكمە بىت
- ئەوپەرى لىژىي/لارىي زەوييەكە بە ئاراستەى تەنئىشتەكانى پەيزەكە دەبىت 16° بىت (پىپلىكەكان بە ئامرازىكى گونجاو تەخت بەكە)
- ئەوپەرى لىژىي/لارىي زەوييەكە بە ئاراستەى پىشتەووى پەيزەكە دەبىت 6° بىت
- ئەو بەشەى كە سەرەووى پەيزەكەى پىوھەلەدەپەسىرئىت دەبىت خالىكى بەهيز بىت (نابىت پلوسك و ئاوپەرى پلاستىكىي گويىسوانە و قەراخى ديوار بىت)
- پىوئىستە زەوييەكە پاكوخاوين بىت و خلىسك نەبىت

چۆنئەتى بەكارهينانى پەيزە

- بۇ ماوئەكى ماوئەى كورت كار بەكە (ئەوپەرى 30 دەقىقە)
- كارى سووكى لەسەر بەكە (ئەوپەرى 10 كىلوگرام)
- دەبىت گۆشەى پەيزەكە برىتى بىت لە 75° - رىساي 1 لە 4 (دەبىت بۇ ھەر 1 بەش لە سەر و خالى ھەلپەساردنەكەيەو 4 ئەوئەندە/بەش بەرەو خوارەو ھەبىت)
- ھەمىشە كە سەر دەكەويت تووند دەست بە پەيزەكەو بەرە
- كاتىك لەسەر پەيزە كار دەكەيت، خۆت لار مەكەرەو و لەشت درىژ مەكە - دلىيى بەكە كە ئاسنى قايشەكەت لە لاتەنئىشتەكانى پەيزەكە تىناپەرئىت و ھەردوو پىت لەسەر ھەمان پىپلىكە دابنى
- لەسەر دواترئىن سى پىپلىكەى سەرەو ھەرەكە مەكە - ئەمە بۇ دەستگرتنە

خۆئامادەكردن بۇ كردنەو و دانانى پەيزەى چوارپىچكە

- پۆژانە بەر لە بەكارهينانى، پەيزەكە پىشكەنە/چىكەكە (لەوانە پىچكەكانى پەيزەكە)
- دلىيى بەكە كە بۆشايى/رەووبەرىكى ئەوئەندە ھەيەكە پەيزەكەى تىدا بە تەواوى بەكەيتەو
- ئەگەر ھەر شتىك ھەيە بۇ ئەوئەى پەيزەكە لە كاتى كردنەوئەيدا بە تۆكمەيى رابگرئىت بەكاربىھئە
- ئەو زەوييەى پەيزەكەى لەسەر دادەنئىت دەبىت تەخت و رەق و تۆكمە بىت
- پىوئىستە زەوييەكە پاكوخاوين بىت و خلىسك نەبىت

چۆنئەتى بەكارهينانى پەيزەى چوارپىچكە

- بۇ ماوئەكى ماوئەى كورت كار بەكە (ئەوپەرى 30 دەقىقە)
- كارى سووكى لەسەر بەكە (ئەوپەرى 10 كىلوگرام)
- لەسەر دواترئىن دوو پىپلىكەى سەرەو ھەرەكە مەكە (ياخود دوو سى پىپلىكەى پەيزەى دوو فاقەيى/پەيزەى چوارپىچكەى دوو لا)
- ھەولبەدە لەسەر پەيزەكە لا بە لا (لەسەر تەنئىشت) كار نەكەيت
- كاتىك لەسەر پەيزە كار دەكەيت، خۆت لار مەكەرەو و لەشت درىژ مەكە - دلىيى بەكە كە ئاسنى قايشەكەت لە لاتەنئىشتەكانى پەيزەكە تىناپەرئىت و ھەردوو پىت لەسەر ھەمان پىپلىكە دابنى

زانبارى زياتر

بەكارهينانى پەيزە و پەيزەى چوارپىچكە بە سەلامەتى (Safe use of ladders and stepladders): رىئىمايەك بۇ خاوەنكاران NDG402 بلاوكرادەكانى دەزگاي تەندروستى و سەلامەتى (HSE) 2005 (دەتوانرئىت بەك كۆبىيى بە خۆرايى بەدەست بەكەويت يان دەتوانرئىت سەفتەى 5 دانەيى لىبكرئىت (An employers' guide INDG402 HSE Books 2005) (ISBN 0 7176 6105 9)

بۇ زانبارى زياتر بروانە: <http://www.hse.gov.uk/falls/index.htm>

بۇ زانبارى زياتر دەربارەى تەندروستى و سەلامەتى، تەلەفون بۇ ھىلى زانبارى دەزگاي تەندروستى و سەلامەتى (HSE) بەكە تەلەفون: 0845 345 0055
فاكس: 0845 408 9566 تىكستفون: 0845 408 9577 ئىمىل: hse.infoline@natbrit.com يان نامە بنزەرە بۇ HSE Information Services
Caerphilly Business Park, Caerphilly CF83 3GG ياخود سەردانى مالىپەرى ئىنتەرنەتتى دەزگاي تەندروستى و سەلامەتى (HSE) بەكە لە ئەدرەسى
. www.hse.gov.uk

ئەمە رىئىمايەكەى زانبارىيە دەربارەى چۆنئەتى كارکردن بە رىكويىكى، كە پەيرەوكردىيان بە زۆرەملى (ئىجبارى) نىە بەلام دەشئىت ببىنئىت كە سەبارەت بە ئەو كارانەى پىوئىستە بىيانكەيت بەسوود و بەكەلەن. ئەم رىئىمايەكەى بە ئىتر ژمارەى ISBN 0 7176 6127 X تۆمار كراو و دەتوانرئىت

سەفتەى 25 دانەبى لە بەشى بلاوكرائوكانى دەزگای تەندروستی و سەلامەتى (HSE) بگردیت. ھەرودھا دەتوانریت یەك كۆپىى بە خۆپایى لە بەشى بلاوكرائوكانى دەزگای تەندروستی و سەلامەتى (HSE) بەدەست بکەویت، ژمارەى تەلەفون 01787 881165 .
© Crown copyright (مافەكانى كۆپىکردن) جگە بە مەبەستى رىكلام، پىشنگىرى یان بازرگانى نەبیت، ئەگینا ئەم بلاوكرائوکیە دەتوانریت بە ئازادى بەرھەم بھێنریتەو. یەكەم جار لە 05\10 دا بەرھەمھێنراو. تکیایە ئاماژە بدە كە سەرچاوەكەى بریتىە لە دەزگای تەندروستی و سەلامەتى (HSE).

INDG405 10/05 C4000

لە لایەن Health and Safety Executive (دەزگای تەندروستی و سەلامەتى) چاپکراو و بلاوكرائوکیەتەو.