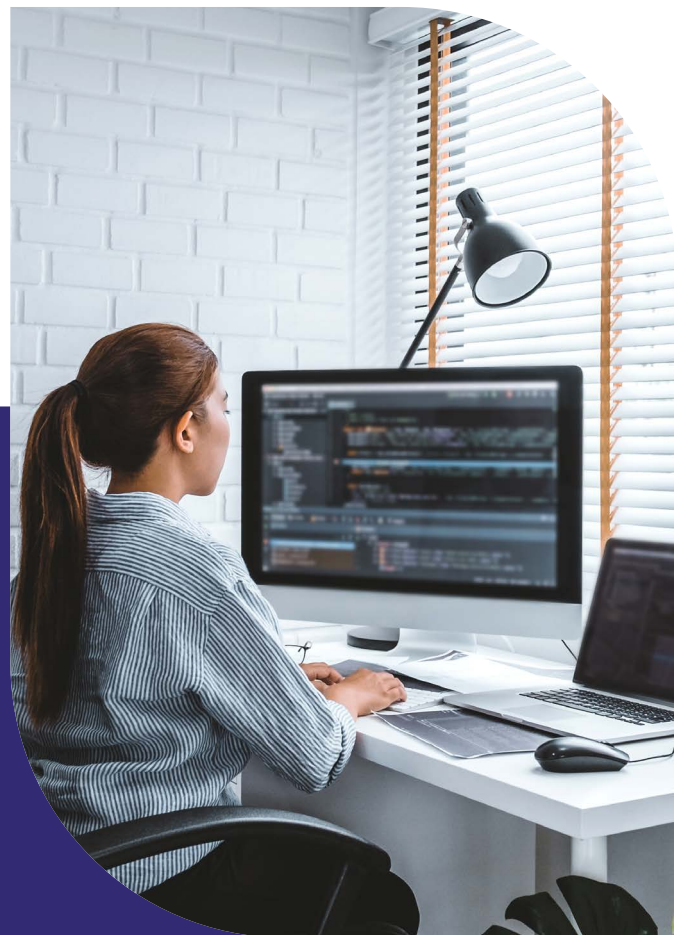


Treoir Sábháilteachta agus Sláinte Ceirde maidir le Cianobair



An Clár Ábhar

1	Buntreoir don Chianobair	04
2	Cianobair a Bhainistiú	06
	2.1 Forbhreathnú	06
	2.2 Trí Chéim chun Cianobair a Bhainistiú	07
3	Seicliosta Measúnaithe um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair le haghaidh Cianoibre	13

Buntreoir don Chianobair

Tagraíonn cianobair do ghníomhaíochtaí oibre a dhéantar áit nach é gnáth-áitreabh oibre an fhostóra é, in áit chónaithe nó i mol cianoibre mar shampla. Chuir éigeandáil sláinte poiblí COVID-19 dlús faoi ghlacadh na socruithe cianoibre, tréimhse a raibh ar go leor oibrithe oibriú ón mbaile. D'éascaigh dul chun cinn ar theicneolaíocht agus forbairt na mol cianoibre an chianobair freisin. Tá go leor fostóirí, i gcomhairle lena bhfostaithe, ag forbairt nó ag cur bailchríoch ar a socruithe níos fadtéarmaí don chianobair.

Tá an fostóir freagrach as sábháilteacht agus sláinte ag an obair, beag beann ar an bhfostaí a bheith i mbun cianoibre nó ag obair ag áitreabh an fhostóra. Má theastaíonn ó fostóir socruithe cianoibre a thairiscint amach ó ghnáth-áitreabh oibre an fhostóra, tá an fostóir sin freagrach as an obair a eagrú. Má chuireann fostóir trealamh oibre ar fáil, ar nós ríomhairí, ríomhairí glúine, scáileáin taispeána, méarchlár, cathaoireacha nó deasc, tá an fostóir sin freagrach as an trealamh oibre a sholáthraítear a chothabháil. Má bhaineann fostaí leas as a threalamh oibre féin, tá an fostóir freagrach as a chinntiú go bhfuil an trealamh oibre oiriúnach chun na caighdeáin riachtanacha le haghaidh shábháilteacht agus shláinte an fhostaí a chomhlíonadh.

Chun ionad cianoibre sábháilte a chur ar fáil, teastóidh measúnú ar an stáisiún oibre chomh maith le guaiseacha sábháilteachta agus sláinte ábhartha eile. Aon bhearta a dhéanfaidh fostóirí maidir le sábháilteacht, sláinte agus leas ag an obair, níor cheart go mbeadh aon chostas airgeadais ar fhostaithe ag baint leo. Ceapadh an fhaisnéis sa treoircháipéis seo chun tacú le fostóirí agus fhostaithe an taobh praiticiúil de shábháilteacht agus sláinte a bhainistiú go héifeachtach dóibh siúd atá i mbun cianoibre.

Bíonn an fostóir freagrach as sláinte agus sábháilteacht ag an obair, is cuma má dhéantar an obair go cianda nó nach ndéantar.

Caithfidh fostóirí timpeallacht oibre shábháilte a chur ar fáil, agus dá réir, na rioscaí a mheasúnú agus a chinntiú go bhfuil rialuithe cuí i bhfeidhm.

Túsphointe áisiúil is ea na ceisteanna a leanas:

- Cá ndéanfar an chianobair?
- An ndéanfar í go lánaimseartha, go páirtaimseartha nó ar bhonn ad hoc?
- An mbeidh an fostaí ag obair i spás oibre atá oiriúnach?
- Cén trealamh oibre a theastóidh?
- Cén modh cumarsáide agus oiliúint a sholáthrófar le linn don fhostaí a bheith i mbun cianoibre?
- An ndearnadh comhairliúchán agus cumarsáid leis na fhostaithe?

Tá sé de fhreagracht ar fhostaithe cianoibre freisin aire réasúnta a thabhairt agus iad ag obair, agus caithfidh siad:

- Comhoibriú lena bhfostóir agus cloí leis na nósanna imeachta sábháilteachta comhaontaithe,
- Iad féin a chosaint ar dhiobháil i rith na hoibre; mar shampla aire aon trealamh a chuirtear ar fáil a úsáid i gceart agus aon fhabhtanna a thuairisciú don fostóir láithreach, agus
- Aon ghortú de bharr gníomhaíocht oibre a thuairisciú don fostóir láithreach.

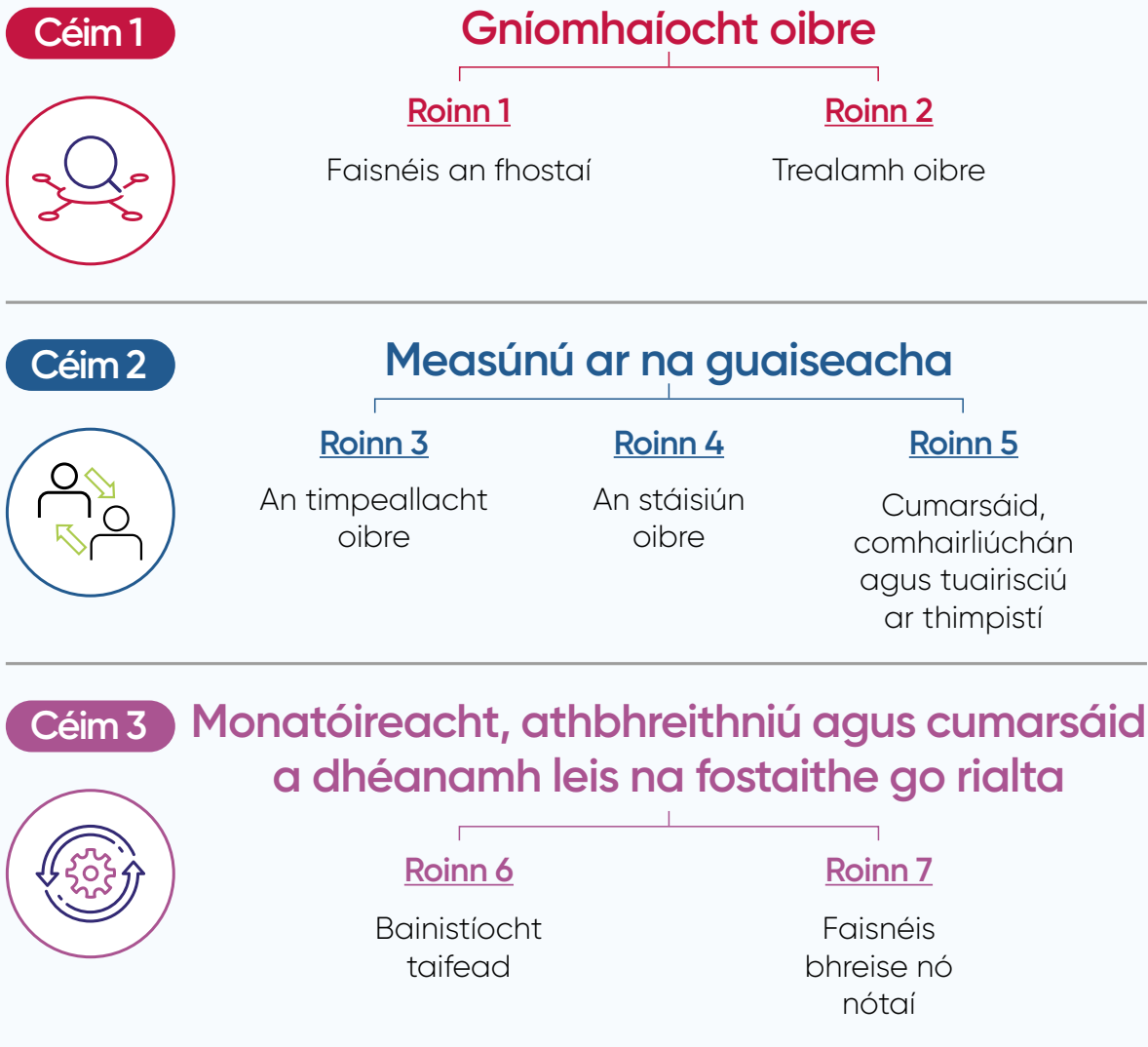


Cianobair a Bhainistiú

2.1 - Forbhreathnú

Caithfidh fostóirí gníomhaíochtaí oibre a bhainistiú agus a sheoladh ar bhealach a chinnteoidh sábháilteacht, sláinte agus leas a bhfostaithe ag an obair, a mhéid is indéanta go réasúnach. Chuige sin, caithfidh siad aon bhearta sábháilteachta, sláinte agus leasa a theastaíonn chun a bhfostaithe a chosaint ag a n-áit oibre a shaináithint agus a chur i bhfeidhm. Baineann an riachtanas sin le gníomhaíochtaí oibre a dhéantar go cianda ó ghnáthionad oibre an fhostóra, lena n-áirítear áit chónaithe, mol cianoibre nó áit oibre eile.

Tá seicliosta measúnaithe um shábháilteacht, sláinte agus leas ag an obair le haghaidh cianoibre i gcuid 3 den cháipéis seo. Tá próiseas trí chéim ag baint leis an measúnú. Baineann na trí chéim le ranna difriúla den seicliosta measúnaithe. Tá seacht roinn sa seicliosta measúnaithe



2.2 - Trí Chéim chun Cianobair a Bhainistiú

Caithfidh fostóirí, a mhéid is indéanta go réasúnach, sábháilteacht, sláinte agus leas a bhfostaithe ag an obair a cinntiú. Tá an fostóir freagrach as a chinntiú go réamhghníomhach go ndéanann duine inniúil ar cuireadh an oiliúint chuí air an measúnú le haghaidh gach fostaí, agus go gcuirtear cúinsí athraithe san áireamh.



Céim 1 – Gníomhaíocht oibre

Sainaithin an cineál oibre atá le déanamh mar chianobair agus an trealamh agus na hacmhainní a theastaíonn. Maidir leis an obair atá le déanamh mar chianobair, tá dualgas ar an bhfostóir na guaiseacha a shainaithint agus na rioscaí a mheasúnú ag an áit oibre.

Mar shampla, más gá d'fhostaí trealamh scáileáin taispeána a úsáid ag stáisiún oibre le linn gnáthghníomhaíochtaí cianoibre, beidh ar an bhfostóir trealamh a sholáthar ar nós luchóige, méarchláir agus scáileán taispeána, chomh maith leis an deasc agus cathaoir don stáisiún oibre. Ba cheart machnamh a dhéanamh sa mheasúnú ar riachtanais an úsáideora, srianta spáis agus an tréimhse a chaitear ag an stáisiún oibre. D'fhéadfadh go mbeadh difríochtaí sa trealamh sonracha a theastaíonn ag brath ar na measúnuithe a dhéantar ar stáisiún oibre ar leith.





Céim 2 – Measúnú ar na guaiseacha

I rith mheasúnú na nguaiseacha agus rioscaí ag an áit oibre, caithfear machnamh a dhéanamh ar:

- An timpeallacht oibre
- Gníomhaíocht oibre
- Trealamh oibre
- An stáisiún oibre
- Oibrithe leochaileacha, iad siúd atá faoi mhíchumas ina measc
- Sláinte agus leas an fhostaí agus cumarsáid

An timpeallacht oibre

Tá sé tábhachtach go mbeadh timpeallacht oibre shábháilte ag an bhfostaí chun tabhairt faoi na gníomhaíochtaí oibre. Ba cheart an stáisiún oibre a lonnú i dtimpeallacht oibre chuí ina bhfuil dóthain spáis le hoibriú gan bhac. Ba cheart go mbeadh rochtain shábháilte ar an áit oibre. Anuas air sin, ba cheart go mbeadh dóthain díobh seo ann:

- Solas agus soilsiú
- Aeráil
- Teocht
- Teach ar shaoráidí leasa, agus ba cheart go mbeadh an áit oibre saor ar:
 - Guaiseacha sciorthaí, tuislí agus titimí
 - Torann agus neamhord

Ba cheart go mbeadh plean i bhfeidhm i gcás éigeandála. Braithfidh an plean ar an suíomh agus ar an gcineál áit chianoibre atá i gceist (áit chónaithe nó mol cianoibre, mar shampla). Ba cheart anailís a dhéanamh ar an bplean sin i rith phróiseas an mheasúnaithe. Má tá an áit chianoibre i gceantar ina mbíonn go leor radóin, caithfear tabhairt faoi mheasúnú riosca cuí.

Trealamh oibre

Tá sé de dhualgas ar fhostóirí córais shábháilte oibre a sholáthar chomh maith le trealamh oibre, agus an trealamh oibre sin a chothabháil. Caithfidh fostóirí a shainaithe cén trealamh a theastaíonn ó fhostaithe don chianobair agus iad sin a chomhaontú leis an bhfostaí. Braithfidh an trealamh a theastaíonn ar an obair atá le déanamh. Is féidir an trealamh a shainaithe a thairfeadh sa seicliosta measúnaithe a thugtar i Roinn 3 den cháipéis seo. D'fhéadfadh sé go mbeidís seo a leanas i gceist leis an trealamh sin:

- Deasc oibre agus cathaoir insocraithe,
- Trealamh TF, ar nós scáileán taispeána, méarchláir agus luchóige, agus
- Gléas cinn má bhíonn go leor glaonna nó cruinnithe i gceist.



Má chuireann fostóir trealamh oibre ar fáil, tá an fostóir sin freagrach as an trealamh oibre a sholáthraítear a chothabháil. Ba cheart trealamh leictreach a sholáthraítear d'fhostaithe a sheiceáil go rialta agus a úsáid i gceart.

Má bhaineann fostaí leas as a threalamh oibre féin, tá an fostóir freagrach as a chinntiú go bhfuil an trealamh oibre sin oiriúnach chun na riachtanais a bhaineann le sábháilteacht agus sláinte an fhostaí a chomhlíonadh.

An stáisiún oibre

Nuair atá an measúnú á dhéanamh, ba cheart an chaoi a mbíonn an fostaí ag plé leis an stáisiún oibre a scrúdú (an tréimhse a chaitear ag an stáisiún oibre, suíomh an stáisiúin oibre, mar shampla), agus cuntas a dhéanamh de na gníomhaíochtaí oibre.

Má úsáideann fostaí trealamh scáileáin taispeána, ar nós ríomhaire glúine nasctha le scáileáin ríomhairí deisce, mar chuid dá ngnáthghníomhaíochtaí oibre, caithfidh duine inniúil measúnú riosca maidir le trealamh scáileáin taispeána a dhéanamh. Cabróidh sé sin le haon ábhar imní faoi shábháilteacht agus sláinte a d'fhéadfadh dul i bhfeidhm ar an bhfostaí a shainathint, chomh maith le haon rialú nó trealamh breise a theastódh.



Tá leagan níos mó de 'Bí i Suíomh Maith' ar an glúndach cúil.

Má shainathnítear aon ábhar imní a bhaineann le sábháilteacht agus sláinte cheirde, ba cheart bearta rialaithe cuí a chur i bhfeidhm agus aird ar na híoscheanglais sna Rialacháin (Feidhm Ghinearálta)¹.

Tá sé tábhachtach go mbainistítear rioscaí na bhfostaithe a oibríonn ag stáisiúin oibre agus a úsáideann trealamh scáileáin taispeána ar feadh tréimhsí fada chun an riosca go bhforbrófaí neamhoird mhatánchnámharlaigh nó fadhbanna sláinte eile a sheachaint.

Is gortuithe agus neamhoird iad neamhoird mhatánchnámharlaigh a théann i bhfeidhm ar chóras gluaiseachta nó matánchnámharlaigh na colainne daonna (matáin, teannáin, ballnaisc, néaróga, dioscaí, fuileadáin, mar shampla).

D'fhéadfadh neamhoird mhatánchnámharlaigh eascairt as:

- Athdhéanamh – na grúpaí matán céanna a úsáid arís agus arís eile i rith an lae oibre gan aon tréimhse téarnaimh.
- Drochstaidiúir oibre – má bhíonn scáileán taispeána nó suíochán ag an stáisiún oibre sa suíomh mícheart, d'fhéadfadh go mbeadh staidiúir amascaí cromtha ag an bhfostaí, agus
- D'fhéadfadh tuirse súl eascairt as drochdhálaí soilsithe ag stáisiún oibre, agus d'fhéadfadh go mbeadh staidiúir amascaí ag an bhfostaí chun breathnú ar an scáileán taispeána.

Tá an fostóir freagrach as a chinntiú go réamhghníomhach go ndéanann duine inniúil ar cuireadh an oiliúint chuí air an measúnú ar threalamh scáileáin taispeána le haghaidh gach fostaí. Beidh an measúnóir ag plé leis an bhfostaí faoin stáisiún oibre a leagan amach, saintréithe ar leith an fhostaí (airde, meáchan, srl.), agus an chaoi a n-úsáidtear an stáisiún oibre. Má shainathnítear fadhbanna sábháilteachta agus sláinte ceirde i rith an mheasúnaithe, ba cheart plean gnímh a

1. I.R. Uimh. 299 de 2007. Na Rialacháin um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair (Feidhm Ghinearálta) 2007 Caibidil 5 agus Sceideal 4 Na híoscheanglais le haghaidh gach Trealamh Scáileáin Taispeána, lena n-áirítear faisnéis faoin scáileán taispeána, méarchlár agus deasc oibre.

aontú chun dul i ngleic leis na fadhbanna sin agus é a athbhreithniú de réir mar is gá.

Caithfear na cúinsí ar fad a chur san áireamh sa mheasúnú, ina measc:

- Nádúr na hoibre atá le déanamh,
- Leagan amach an trealamh ag an stáisiún oibre,
- An timpeallacht ghinearálta ag an stáisiún oibre ar leith sin,
- Saintréithe ar leith an fhostaí (m.sh. airde), agus
- Aiseolas ón bhfostaí.

Déantar amhlaidh chun a chinntiú go leigheastar na rioscaí sula n-eascraíonn aon fhadhb fhisiciúil astu don fhostaí, agus chun aon strus lena mbaineann a laghdú.

Ba cheart d'fhostóirí agus fostaithe bearta a ghlacadh chun na rioscaí a shainaithnítear sa mheasúnú a laghdú. Má léiríonn an measúnú go dteastaíonn trealamh oibre ar leith, caithfidh an fostóir an trealamh sin a chur ar fáil don fhostaí.

Teastóidh measúnú riosca breise ar an stáisiún oibre i gcúinsí áirithe. Áirítear leo sin:

- Athrú ar nádúr na hoibre
- Athruithe ar shuíomh áit oibre an fhostaí
- Athrú ar thréimhse na cianoibre
- Athruithe ar shuíomh an stáisiúin oibre

Chun aghaidh a thabhairt ar nádúr athraithe na cianoibre nó an tsuímh oibre, ba cheart measúnú riosca ar stáisiún oibre cianda a dhéanamh don fhostaí. Ba cheart go gcuimseofaí ansin faisnéis bhreise, treoir, comhairle, oiliúint, agus teoracha chun cabhrú leis an bhfostaí a stáisiún oibre a leagan amach. Mar chuid den mheasúnú sin, d'fhéadfadh go mbeadh ar fhostóirí dul i gcomhairle le hoibreoir an ionaid oibre chianda (mol cianoibre, mar shampla).

Tá tuilleadh faisnéise faoin measúnú riosca ar an stáisiún oibre agus scáileán

taispeána le fáil ar www.hsa.ie

D'fhéadfadh tuirse súl eascairt as drochdhálaí soilsithe ag stáisiún oibre ríomhaire. Má úsáideann fostaithe trealamh scáileáin taispeána go rialta, ba cheart iad a chur ar an eolas faoi thástálacha radharc na súil a chaithfear a chur ar fáil dóibh, agus caithfidh an fostóir costais na dtástálacha a chlúdach. Má theastaíonn lionsaí ceartaitheacha agus frámaí don obair ar threalamh scáileáin taispeána, caithfidh an fostóir costais na bhfrámaí agus na lionsaí bunúsacha a chlúdach.

Sláinte agus leas an fhostaí, lena n-áirítear oibríthe leochaileacha i mbaol agus oibríthe faoi mhíchumas

Tá sé de dhualgas ar an bhfostóir córais shábháilte oibre a chur i bhfeidhm chun sláinte agus leas na bhfostaithe a chosaint, fiú agus iad i mbun cianoibre. Tá sé de dhualgas ar fhostóirí a chinntiú go ndéantar bainistiú agus maoirsiú ar fhostaithe atá i mbun cianoibre. Caithfidh fostóirí cumarsáid a dhéanamh lena bhfostaithe agus oiliúint a chur ar fáil chun a chinntiú go bhfuil fostaithe soiléir faoina ról, faoina bhfuiltear ag súil uathu, agus go dtuigeann siad go gcaithfear cloí le hiompar béasach. Ba cheart an obair a leithdháileadh go cuí agus go bhfeilfeadh sé don fhostaí tabhairt faoin obair sin i suíomh cianoibre.

D'fhéadfadh freisin go laghdófaí an idirghníomhaíocht shóisialta le comhghleacaithe nó custaiméirí mar gheall ar an gcianobair. D'fhéadfadh go mbeadh uaireanta oibre níos faide i gceist freisin, toisc nach mbíonn an teorainn idir an obair agus suíomh cianoibre docht daingean. Ba cheart d'fhostóirí a chinntiú go bhfuil cumarsáid rialta ar bun lena bhfostaithe, agus go bhfuil tacaíochtaí ar fáil dóibh siúd atá i mbun cianoibre.

Ba cheart d'fhostaithe struchtúr a chur ar a lá ina bhfuil gníomhaíochtaí oibre

agus sosanna. Ba cheart d'fhostaithe fadhbanna a phlé duine le duine (go fíorúil más gá) lena mbainisteoir nuair is féidir. Cabhraíonn cruinnithe agus físghlaonna duine le duine le daoine tarraingt níos fearr le chéile. Tugann sé deis do bhainisteoir freisin a mheas an bhfuil strus ag cur isteach ar fhostaí.

Nuair a chuireann oibreoírí tríú páirtí saoráidí leasa ar fáil (leithris agus ceaintíní, mar shampla), ag mol cianoibre cuir i gcás, ba cheart iad a chothabháil i gceart.

Tá sé riachtanach nach mbeadh drochthionchar ag dálaí oibre ná an obair atá le déanamh ar shláinte agus sábháilteacht fostaithe ó ghrúpaí leochaileacha i mbaol ar nós fostaithe atá ag súil, fostaithe iarbhreithe agus fostaithe atá ag cothú linbh, agus fostaithe faoi mhíchumas. Má bhíonn fostaí ó ghrúpa leochaileach i mbaol, nó fostaí atá faoi mhíchumas, i mbun cianoibre, ba cheart don fhostóir machnamh a dhéanamh ar oiriúnacht oibre an fhostaí sin i gcomhthéacs na timpeallachta cianoibre.

Tá tuilleadh faisnéise faoi na grúpaí leochaileacha i mbaol le fáil ar www.hsa.ie

Teagmhais ag an obair a thuairisciú

Baineann timpistí nó teagmhais ag an obair a thuairisciú le hobair a dhéanta go cianda freisin. Bíonn sé de dhualgas ar fhostaithe cúram réasúnta a dhéanamh dá sábháilteacht agus sláinte féin, chomh maith le daoine eile a bhféadfadh a gcuid oibre dul i bhfeidhm orthu. Caithfidh fostaithe a bheith eolach ar nósanna imeachta agus ceanglais a bhfostóirí i leith timpistí ag an obair, drochshláinte nó aon ábhar imní sábháilteachta agus sláinte san ionad cianoibre a thuairisciú.

Sa chás, i ndiaidh timpiste i rith na hoibre, nach bhfuil fostaí in ann tabhairt faoin ngnáthobair ar feadh níos mó ná trí lá a chéile, gan lá na timpiste san áireamh, ba cheart é sin a thuairisciú do thairseach

timpistí agus tarluithe contúirteacha an Údaráis Sláinte agus Sábháilteachta atá ar fáil ar www.hsa.ie Tá níos mó faisnéise faoi Thimpistí ag an Obair a thuairisciú ar fáil ar www.hsa.ie

Guaiseacha eile

Ní liosta cuimsitheach é an liosta guaiseacha a thugtar sa treoir seo. D'fhéadfadh guaiseacha eile a bheith ábhartha freisin, ag brath ar an áit oibre nó ar an ngníomhaíocht oibre. Mar shampla, is gás radaighníomhach é radón a chruthaítear go nádúrtha sa talamh agus atá in ann dul isteach san ionad oibre trí scoilteacha beag in urláir agus trí bhearnaí timpeall ar phíopaí nó cáblaí. Má tá an t-ionad oibre in úsáid ar leibhéal na talún nó an íoslaigh, téigh go www.radon.ie chun breathnú ar léarscáil an radóin aird san ionad oibre le haghaidh tuilleadh faisnéis.

Tá faisnéis faoi ghuaiseacha ábhartha eile ar fáil ar www.hsa.ie agus www.BeSMART.ie

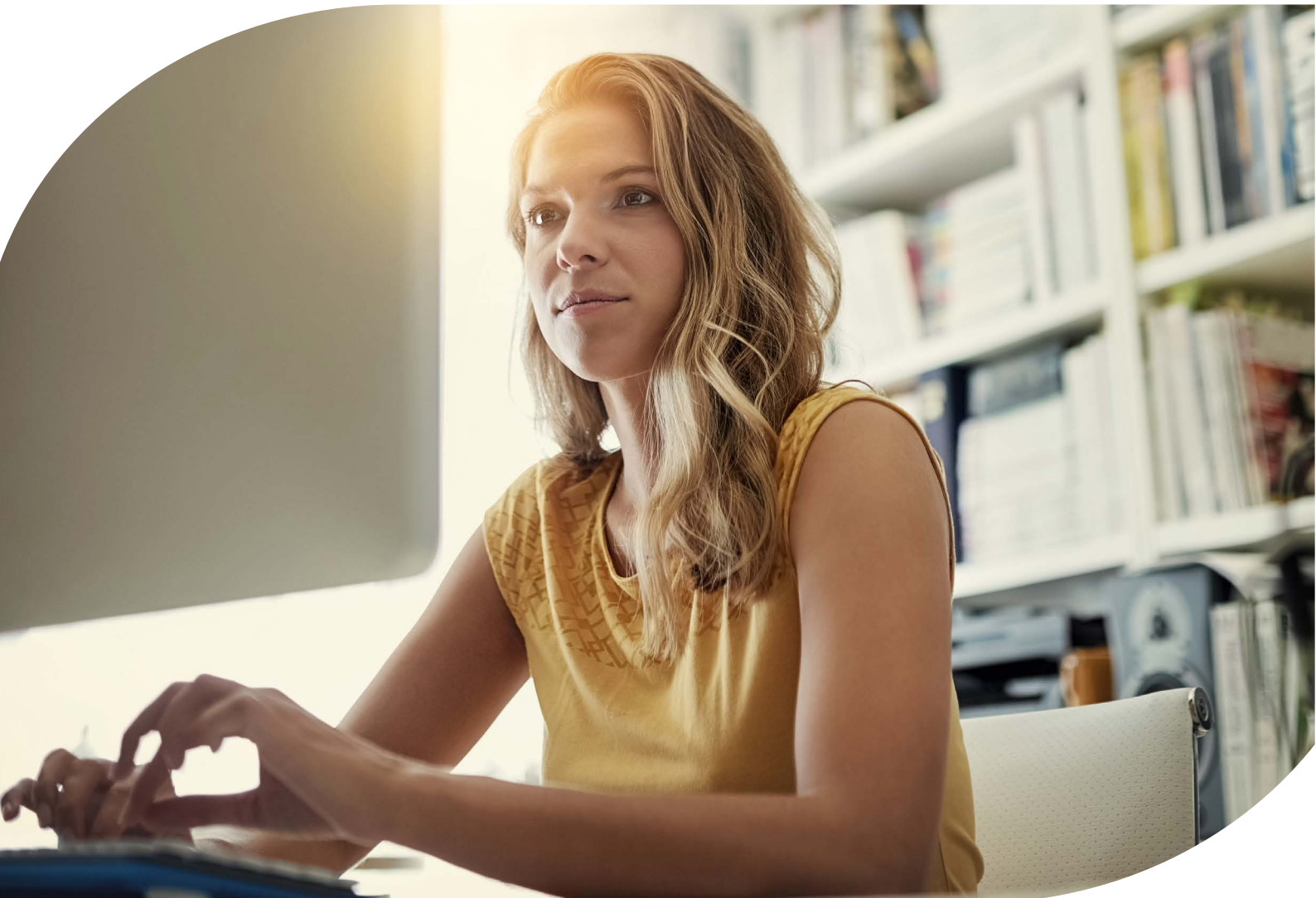
Féach freisin ar ár n-ardán oiliúna saor in aisce ar líne ar - hsalearning.ie





Céim 3 – Monatóireacht, athbhreithniú agus cumarsáid a dhéanamh leis na fostaithe go rialta

Tá sé tábhachtach go mbeadh cumarsáid rialta ar bun le fostaithe agus go gcoinneofaí taifid chruinne den mheasúnú/na measúnaithe. Ba cheart measúnuithe a athbhreithniú go rialta agus i gcomhar leis na fostaithe. Ba cheart é sin a dhéanamh nuair a tharlaíonn athruithe suntasacha ar an ngníomhaíocht oibre, áit oibre nó má thuairiscíonn an fostaí míchompord matánchnámharlaigh. Ba cheart go mbeadh bealach teagmhála agus socruithe le haghaidh nuashonruithe rialta ar an nguthán, ar an idirlíon nó ar ríomhphost i bhfeidhm freisin.



Seicliosta Measúnaithe um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair le haghaidh Cianoibre

Nuair atá an measúnú á dhéanamh, ba cheart an chaoi a mbíonn an fostaí ag plé leis an stáisiún oibre a scrúdú (an tréimhse a chaitear ag an stáisiún oibre agus suíomh an stáisiúin oibre, mar shampla), agus cuntas a dhéanamh de na gníomhaíochtaí oibre. Ba cheart go gcuimhneofaí sa mheasúnú ar Chodanna 2, 3 agus 4 den Acht² agus na ceanglais sna Rialacháin (Feidhm Ghinearálta).³

Tá an fostóir freagrach as sábháilteacht, sláinte agus leas na bhfostaithe a chinntiú, a mhéad agus is féidir go praiticiúil. Tá sé de dhualgas ar an bhfostóir córais shábháilte oibre a chur ar fáil chun sábháilteacht, sláinte agus leas na

bhfostaithe a bhainistiú nuair atá siad san ionad oibre agus nuair atá siad i mbun cianoibre araon. Ba cheart d'fhostóirí a chinntiú go bhfuil an córas oibre dóibh siúd atá i mbun cianoibre réasúnta.

TABHAIR FAOI DEARA:

- Tá an fostóir freagrach as a chinntiú go réamhghníomhach go ndéanann duine inniúil ar cuireadh an oiliúint chuí air an measúnú cianoibre le haghaidh gach fostaí.
- Is féidir bearta rialaithe breise a shainiú i rith an mheasúnaithe a chur le Ranna 3, 4 agus 5 agus is féidir aon fhaisnéis ábhartha eile a chur le Roinn 7 den seicliosta.

Céim 1 – Gníomhaíocht oibre

Sainiúin cé atá i mbun cianoibre, an cineál oibre atá le déanamh mar chianobair agus an trealamh nó na hacmhainní a theastaíonn.

Roinn 1 – Faisnéis an Fhostaí

Ainm:	
Suíomh:	
Teideal an Phoist:	
Gníomhaíocht Oibre:	
Measúnóir:	
Bainisteoir:	

Roinn 2 – Trealamh Oibre

Má chuireann fostóir trealamh oibre ar fáil, ar nós ríomhairí, ríomhairí glúine, scáileáin taispeána, méarchlár, cathaoireacha nó deasc, tá an fostóir sin freagrach as an trealamh oibre a sholáthraítear a chothabháil. Má bhaineann fostaí leas as a threalamh oibre féin, tá an fostóir freagrach as a chinntiú go bhfuil an trealamh oibre sin oiriúnach chun na riachtanais a bhaineann le sábháilteacht agus sláinte an fhostaí a chomhlíonadh.

2. An tAcht um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair, 2005 (Uimh. 10 de 2005)

3. I.R. Uimh. 299 de 2007. Na Rialacháin um Shábháilteacht, Sláinte agus Leas ag an Obair (Feidhm Ghinearálta) 2007 Caibidil 5 agus Sceideal 4 Na hIoscheanglais le haghaidh gach Trealamh Scáileáin Taispeána, lena n-áirítear faisnéis faoin scáileán taispeána, méarchlár agus deasc oibre.

Trealamh Oibre	Arna soláthar ag:	In úsáid	Oiriúnach don Chianobair	Trealamh a Sainithníodh/a Theastaíonn chun Tabhairt faoi Chianobair
Deasc				
Cathaoir				
Ríomhaire Glúine				
Ríomhaire Deisce				
Scáileán Taispeána (Monatóir)				
Méarchlár				
Luchóg				
Tasc-shoilsíú				
Stáisiún Nasctha				
Coimeádán Cáipéisí				
Taca Coise				
Taca Rostaí				
Guthán Póca				
Gléas Cinn				

Tuilleadh faisnéise

Céim 2 – Measúnú Cianoibre

I rith an mheasúnaithe ar na guaiseacha agus rioscaí ag an áit oibre, caithfear machnamh a dhéanamh ar:

- An timpeallacht oibre,
- Stáisiún oibre lena n-áirítear trealamh scáileáin taispeána agus trealamh oibre,
- Sláinte agus leas an fhostaí, lena n-áirítear oibrithe leochaileacha i mbaol agus oibrithe faoi mhíchumas, agus
- Cumarsáid agus tuairisciú teagmhais.

Roinn 3 – An Timpeallacht Oibre

Ciallaíonn an timpeallacht oibre an áit ina ndéantar obair (in áit chónaithe, mol cianoibre nó suíomh eile, mar shampla) agus na dálaí timpeallachta a bhaineann leis an áit oibre. D'fhéadfadh guaiseacha áirithe a bheith ábhartha, ag brath ar an áit oibre nó ar an ngníomhaíocht oibre. Tá tuilleadh faisnéise ar fáil ar www.hsa.ie.

Bearta Rialaithe	Tá	Níl	N/A	Nótaí
Áit oibre				
An bhfuil an áit oibre oiriúnach don obair atá le déanamh?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Solas agus soilsiú				
An bhfuil solas (solas nádúrtha, tasc-shoilsiú, mar shampla) ar fáil a oireann don chineál oibre atá le déanamh agus d'amharc an fhostaí féin?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil tasc-shoilse breise ag teastáil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Téamh agus Aerú				
An bhfuiltear in ann na teochtaí a rialáil? (Beidh an teocht oiriúnach d'obair oifige idir 180°C agus 230°C d'fhormhór na ndaoine).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil dóthain aerála san ionad oibre? Táthar in ann an aeráil a rialáil go nádúrtha (fuinneog nó doras) nó go meicniúil.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Leictreachas				
An bhfuil a fhios ag an bhfostaí gur cheart dóibh aon fhabhtanna a sheiceáil agus a chur in iúl don fhostóir?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an trealamh leictreach a chuirtear ar fáil don fhostaí á úsáid i gceart, á sheiceáil le haghaidh sreanga caite, comharthaí dó nó leá, agus an bhfuil trealamh contúirteach á chur as úsáid?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil dóthain soicéad ar fáil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Rochtain Shábháilte

An bhfuil bealach isteach agus amach sábháilte ann don ionad cianoibre?

Pleanáil Éigeandála

An bhfuil plean i bhfeidhm i gcás éigeandála?

Tíos

An bhfuil limistéar an stáisiúin oibre saor ó cháblaí ag sraoilleadh agus baol titime eile?

An bhfuil a fhios ag an bhfostaí go gcaithfear an limistéar a choinneáil glan?

Beartha Rialaithe Sainaitheanta Breise

Roinn 4 – Stáisiún oibre lena n-áirítear Trealamh Scáileáin Taispeána agus trealamh oibre

Stáisiún oibre – is é sin an cnuasach trealaimh a chuimsíonn trealamh scáileáin taispeána, a d'fhéadfaí a chur ar fáil le méarchlár nó gaireas ionchuir, bogearraí nó meascán díobh seo a leanas:

- Cathaoir oibre, deasc oibre nó dromchla oibre; agus
- Trealamh oibre eile nó gléasanna forimeallacha. Mar shampla, taca coise, coimeádán cáipéisí, stáisiún nasctha.

Tá an fostóir freagrach as trealamh oibre a shainaithnítear don obair a sholáthar agus a chothabháil, ar nós ríomhairí, scáileán, méarchlár, cathaoireacha, deasc, srl., nó trealamh a shainaithnítear i ndiaidh measúnú riosca.

TABHAIR FAOI DEARA: Is féidir leis na fostaithe a dtrealamh féin a úsáid má mheastar go bhfuil sé sin oiriúnach.

Beartha Rialaithe	Tá	Níl	N/A	Nótaí
Deasc agus Stáisiún Oibre				
An bhfuil dóthain spáis do ghlúine an fhostaí faoin stáisiún oibre?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil dóthain spáis ann gur féidir leis an bhfostaí a shuíomh agus gluaiseachtaí a athrú ó am go chéile?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an spás glan ó thranglam ionas gur féidir leis an bhfostaí díriú ar an tasc go héasca?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil coimeádán cáipéisí ag teastáil chun cáipéisí a léamh?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Cathaoir				
An bhfuil an chathaoir a tugadh don fhostaí socair, an bhfuil an fostaí in ann airde na cathaoireach a shocrú, an bhfuil an fostaí in ann bogadh go héasca sa chathaoir, agus an bhfuil tacaíocht d'íochtar an droma ann?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an chathaoir socraithe leis na huillinneacha cothrom leis an deasc?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil taca droma ar an gcathaoir ar féidir a airde a shocrú agus an bhfuil a fhios ag an bhfostaí gur cheart suí siar sa chathaoir chun tacaíocht mhaith lumbach a chinntiú?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an fostaí in ann airde na cathaoireach a shocrú ionas gur féidir leis na cosa luí go cothrom ar an urlár nó an bhfuil taca coise ar fáil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil taca coise ag teastáil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Scáileán Taispeána

An bhfuil an scáileán i suíomh a sheachnaíonn dalladh agus frithchaitheamh (mar shampla, an bhfuiltear ag suí 90 céim le fuinneog chun dalladh a sheachaint)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an fostaí in ann an scáileán a chasadh agus a chlaonadh go héasca?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an scáileán socraithe le barr an scáileáin ag leibhéal na súl nó beagán faoina bhun ionas nach mbítear ag lúbadh an mhuiníl go minic?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an scáileán saor ó dhalladh frithchaite agus an bhfuil seans ann go mbeadh an fostaí míchompordach mar gheall ar fhrithchaitheamh?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an scáileán socraithe ag fad compordach ón bhfostaí (fad láimhe, mar shampla)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an íomhá ar an scáileán seasmhach, gan í a bheith ag teacht agus ag imeacht?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil na carachtair ar an scáileán soiléir agus glinn, ar mhéid oiriúnach agus le dóthain spásála eatarthu?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an fostaí ar an eolas gur cheart na guailí a scaoileadh nuair a bhítear ag breathnú ar an scáileán?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Méarchlár agus Luchóg

An bhfuil an ríomhaire glúine nó an ríomhaire deisce nasctha le méarchlár agus luchóg sheachtrach?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil staidiúir neodrach ag na rostaí nuair atá an fostaí ag clóscríobh (mar shampla, níl na rostaí lúbtha)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an fostaí in ann fána an mhéarchláir a shocrú ionas go mbeadh na lámha compordach?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil an spás idir na lámha agus an luchóg agus an méarchlár oiriúnach, agus an bhfuil spás ar fáil os comhair an mhéarchláir?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil tacaí rosta ag teastáil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Cúrsaí Matánchnámharlaigh

An bhfuil a fhios ag an bhfostaí gur cheart a staidiúir a athrú go minic agus seasamh agus bogadh gach 30 nóiméad ar a laghad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil a fhios ag an bhfostaí nár cheart tabhairt faoi fhisghlaonna nó cruinnithe ar líne ceann i ndiaidh a chéile, ionas nach mbítear ina suí ar feadh tréimhsí fada?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

An bhfuil pianta, griofadach nó codladh driúraic i lámha, géaga, guaillí, muineál nó droim an fhostaí nuair atá an stáisiún oibre in úsáid?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

Cumarsáid

An bhfuil gléas cinn/callaire nó micreafón ar fáil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

An bhfuil gléas cinn/callaire nó micreafón ag teastáil le haghaidh cumarsáide?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

Láimhsiú ualaí de láimh

An bhfuil ar an bhfostaí tabhairt faoi láimhsiú ualaí de láimh i rith na cianoibre? (Má tá, an bhfuil oiliúint curtha ar an bhfostaí sin)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

Tástálacha Súl

An bhfuil a fhios ag fostaithe a úsáideann trealamh scáileáin taispeána faoi na forálacha le haghaidh tástáil súl agus an chaoi le tástáil súl a fháil?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

An bhfuil tástálacha súl agus radharc na súil ar fáil más gá?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

An bhfuil an fostaí ag fulaingt go rialta mar gheall ar amharc doiléir nó lag, súile tinne nó tinnis cinn nuair atá trealamh scáileáin taispeána in úsáid?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

Cúinsí Eile le Meas

An bhfuil machnamh ar riachtanais oibrithe leochaileacha, iad siúd atá faoi mhíchumas ina measc, san áireamh sa mheasúnú ar an stáisiún oibre lena n-áirítear trealamh scáileáin taispeána agus trealamh oibre?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

An bhfuil an fhaisnéis agus an oiliúint curtha ar fáil don fhostaí chun a chinntiú gur féidir leo tabhairt faoina gcuid oibre go sábháilte?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
---	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

Sa chás go bhfuil níos mó ná suíomh cianoibre amháin ag an bhfostaí, an bhfuil tacaíochtaí, treoir agus oiliúint bhreise ar fáil chun cabhrú leo suíomhanna cianoibre eile a leagan amach?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
--	-----------------------	-----------------------	-----------------------	--

Bearta Rialaithe Sainaitheanta Breise

	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Roinn 5 – Comhairliúchán, cumarsáid agus tuairisciú teagmhais

Cabhraíonn comhairliúchán agus cumarsáid mhaith a chothú le hoibrithe cianoibre le cinneadh an bhfuil ag éirí leis na socruithe sábháilteachta agus sláinte.

Cinntíonn taifid mhaithe, athbhreithniú agus obair leantach ar bhearta ceartaitheacha timpeallacht chianoibre shábháilte.

Beartha Rialaithe	Tá	Níl	N/A	Nótaí
Comhairliúchán agus Cumarsáid				
An bhfuil socruithe i bhfeidhm chun dul i gcomhairle leis an bhfostaí?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil socruithe i bhfeidhm chun fanacht i dteagmháil leis an bhfostaí, agus an bhfuil an fostaí ar an eolas fúthu siúd?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil bealach bunaithe teagmhála ann le haghaidh cumarsáide agus chun nuashonruithe a sholáthar (mar shampla, ar an nguthán, ar an ngréasán nó ar ríomhphost de réir mar is gá)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil fostaithe in ann deacrachtaí sábháilteachta agus sláinte (m.sh. fadhbanna a bhaineann leis an tsláinte, ualach oibre, trealamh lochtach, srl.) a thuairisciú?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
An bhfuil socruithe i bhfeidhm chun deacrachtaí síceasóisialta a thuairisciú (m.sh. strus a bhaineann leis an obair, deacrachtaí teorainn a chur idir an baile agus an obair, aonrú sóisialta, athrú ar an obair a bhainistiú, bulaíocht, srl.)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Tuairisciú Teagmhais				
An bhfuil na nósanna imeachta chun aon teagmhas a bhaineann leis an obair a thuairisciú ar eolas ag an bhfostaí (mhíchompord matánchnámharlaigh, mar shampla)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Beartha Rialaithe Sainaitheanta Breise				
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

Céim 3 – Monatóireacht, athbhreithniú agus cumarsáid a dhéanamh leis na fostaithe go rialta

Roinn 6 – Bainistíocht taifead

Sa roinn seo, tá sé tábhachtach go ndéantar taifead ar aon bheart ceartaitheach a shainaithnítear agus go gcinntítear go gcuirtear bearta leantacha i bhfeidhm. Caithfear an measúnú ar an gcianobair a athbhreithniú go rialta agus braitheann sé sin ar an gcineál suímh/suíomhanna atá in úsáid don chianobair agus ar chomh minic a bhítear i mbun cianoibre.

Dáta an Mheasúnaithe:

--

Ainm an Fhostaí:

Síniú an Fhostaí:

Dáta:

--	--	--

Ainm an Mheasúnóra:

Síniú an Mheasúnóra:

Dáta:

--	--	--

Bearta Ceartaitheacha a Sainaithníodh:

An Dáta ar Cuireadh na Bearta Ceartaitheacha i bhFeidhm:

Dáta an Chéad Athbhreithnithe Eile:

Roinn 7 – Faisnéis bhreise nó nótaí

Nótaí Breise:

Blank area for additional notes.

BeSMART.ie



hsalearning.ie
HSA Online Courses →

WORK POSITIVE

www.workpositive.ie

HSA

An tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta
Health and Safety Authority

Bí i Suíomh Maith



Téigh go www.BeSMART.ie

Socraigh an suíochán agus bíodh:

- ▲ an deasc díreach faoi na rítheacha; lámha, rostai agus rítheacha comhthreomhar leis an urlár;
- ▲ do leasracha á dtacú go hiomlán ar an gcathaoir agus comhthreomhar leis an urlár; úsáid taca coise más gá; agus
- ▲ do leasracha, do ghilúine agus cúl na gcos glan ar dhromchlaí.

Suígh suas díreach agus siar ar fad sa chathaoir.

Suígh ag breathnú ar an spás oibre.

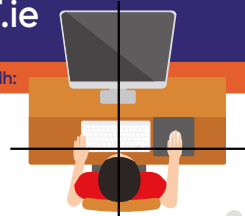
Guaiillí scaoilte agus cloigeann cothrom go nádúrtha.



Socraigh an scáileán agus bíodh:

- ▲ an scáileán chomh fada uait agus atá comordach, nó thart ar fhad do lámhe uait;
- ▲ barr an scáileáin ag leibhéal na súil nó beagán faoina bhun.

Seachain uachtar an choirp a chasadh agus bíodh an méarchlár agus an luchóg in aice le chéile agus gar go leor go bhfuil na huillinneacha gar don chorp.



Glac sosanna agus seas agus/nó bog go minic

HSA

An tÚdarás Sláinte agus Sábháilteachta
Health and Safety Authority

Tuilleadh Faisnéise agus Treorach:

Téigh go dtí ár suíomh gréasáin ar www.hsa.ie
Glaigh ar ár n-ionad teagmhála ar **0818 289 389**
nó seol ríomhphost chuig contactus@hsa.ie. Úsáid **BeSMART.ie**, ár n-uirlis measúnaithe riosca saor in aisce atá ar fáil ar líne. Féach ar ár raon cúrsaí saor in aisce ar líne ar www.hsalearning.ie