

០១

រក្សាសុវត្ថិភាពពេលធ្វើការនៅសមុទ្រ និង ការប្រើប្រាស់ឧបករណ៍ការពារសុវត្ថិភាព ផ្ទាល់ខ្លួន

- ▶ ពាក់កាសែទប់សម្លេងពេលស្ថិតនៅក្នុងបន្ទប់ម៉ាស៊ីន កប៉ាល់។
- ▶ ពាក់ឧបករណ៍ជំនួយដូចជាអាវកាត់សម្រាប់ធ្វើ ការងារនៅលើកប៉ាល់ ឬអាវពោងសុវត្ថិភាព។
- ▶ ខ្សែសុវត្ថិភាពដែលភ្ជាប់ពលករទៅនឹងកប៉ាល់ត្រូវតែ ងាយស្រួលចូលទៅដល់ ដូច្នេះវាអាចទប់ពលករ បានដោយគ្មានការលំបាក។
- ▶ ក្នុងស្ថានភាពការងារលំបាកឬអាកាសធាតុមិនល្អ ពលករត្រូវពាក់ខ្សែសុវត្ថិភាពដើម្បីការពារកុំឱ្យធ្លាក់ ចេញពីកប៉ាល់។
- ▶ ពេលធ្វើការងារនៅទីខ្ពស់ ត្រូវពាក់ខ្សែសុវត្ថិភាព ជាជំនួយ។



ខ្សែការពារសុវត្ថិភាពជាឧបករណ៍ជំនួយសម្រាប់ទាញ ពលករត្រលប់ឡើងកប៉ាល់វិញក្នុងករណីដែលមាន សមាជិកពលករនេសាទណាម្នាក់ធ្លាក់ចូលក្នុងទឹក។

០២

រន្ទះ និងភ្លើងអគ្គិសនី

- ▶ ដំឡើងបង្គោល ឬអ្នកគ្រប់គ្រងកប៉ាល់ ត្រូវត្រួតពិនិត្យ និងថែទាំម៉ាស៊ីនភ្លើង។
- ▶ គ្រប់សម្ភារអគ្គិសនីគឺត្រូវដាក់នៅកន្លែងដែលមាន សុវត្ថិភាព។
- ▶ អំពូលភ្លើងត្រូវបំពាក់នៅកន្លែងដែលងាយមានគ្រោះ ថ្នាក់ និងមិនត្រូវមានពន្លឺថាមពលខ្លាំងដែលអាច ប៉ះពាល់ដល់ភ្នែកពេលពលករធ្វើការនៅ ពេលយប់។
- ▶ ភ្លើងបំភ្លឺសុវត្ថិភាពត្រូវបំពាក់ និង ដំឡើងការភ្ជាប់ពេលដាច់ភ្លើង។



០៣

ការប៉ះពាល់នឹងសារធាតុគីមី

- ▶ ពលករអាចប្រឈមក្នុងការប៉ះសារធាតុគីមីផ្សេងៗ ដូចជាសាំង និងប្រេងម៉ាស៊ីននៅលើកប៉ាល់។
- ▶ ដំឡើងបង្គោល ឬអ្នកគ្រប់គ្រងកប៉ាល់ត្រូវផ្តល់ឱ្យពលករនូវឧបករណ៍ការពារ សុវត្ថិភាព សំលៀកបំពាក់ និងឧបករណ៍ផ្សេងៗ ដែលអាចការពារពលករពេលប៉ះសារធាតុគីមី។



០៤

សុវត្ថិភាពពេលប្រើម៉ាស៊ីន

- ▶ ដំឡើងបង្គោល ឬអ្នកគ្រប់គ្រងកប៉ាល់ត្រូវតែបញ្ឈប់ ការងារប្រសិនបើមានបញ្ហាបច្ចេកទេស។
- ▶ ដំឡើងបង្គោល ឬអ្នកគ្រប់គ្រងកប៉ាល់ត្រូវតែបញ្ឈប់ ការងារប្រសិនបើមានបញ្ហាបច្ចេកទេស។
- ▶ មុនពេលដំឡើងការងារម៉ាស៊ីនត្រូវពាក់ឧបករណ៍ការពារ សមស្របដែលផ្តល់ដោយដំឡើងបង្គោល។
- ▶ ជៀសវាងការស្លៀកសម្លៀកបំពាក់រលុងដែលងាយ ជាប់ទាក់ជាមួយម៉ាស៊ីន។



០៥

ការរៀបចំកន្លែងធ្វើការងារ

- ▶ រក្សាផ្លូវឆ្លងកាត់ និងកន្លែងធ្វើការងារឱ្យច្បាស់លាស់ ដូច្នេះអ្នក ឬពលករផ្សេងទៀតមិនរអិល ឬដើរកាត់។
- ▶ កុំដើរនៅក្រោមកន្លែងព្យួរឥដ្ឋធំៗ។
- ▶ ទុកសម្ភារនៅកន្លែងដើមវិញបន្ទាប់ពីប្រើប្រាស់រួច។

០៦

ការលើកដាក់របស់ពិបាក និងធ្ងន់ៗ

- ▶ បន្ទុកធ្ងន់ធ្ងរលើកដើររបស់អ្នកឡើង (មិនមែន ចង្កេះនោះទេ)។
- ▶ រក្សាទម្ងន់ឱ្យជាប់ទៅនឹងខ្លួនរបស់អ្នក។
- ▶ គួរប្រើប្រាស់ឧបករណ៍យ៉ាងប្រសិនបើមិនបាន។
- ▶ រកអ្នកជួយប្រសិនបើឥតវ៉ាន់នោះឡើយខ្លាំងពិបាកលើក។



០៧

របៀបដោះស្រាយពេលអស់កម្លាំងខ្លាំង

- ▶ រយៈពេលសម្រាកត្រូវមានយ៉ាងតិច១០ម៉ោងក្នុង មួយថ្ងៃ និង៧៧ម៉ោងក្នុងមួយសប្តាហ៍។
- ▶ ត្រូវប្រាកដថាអ្នកគេងបានគ្រប់គ្រាន់ (យ៉ាងតិច ៦ម៉ោងក្នុងមួយថ្ងៃ)។
- ▶ សុំឱ្យពលករម្នាក់ទៀតធ្វើការងារជំនួស ប្រសិនបើ អ្នកមានអារម្មណ៍ថាហត់ពេក ឬងងឹតភ្នែកក្នុងការ ធ្វើការងារបន្តទៀត។
- ▶ ប្រើឡើងវិញភ្លាមៗ និងបង្កើតទម្លាប់ផ្ទាល់ខ្លួនសម្រាប់ ត្រួតពិនិត្យកប៉ាល់នៅពេលយប់។
- ▶ ត្រូវតែមានអ្នកគ្រប់គ្រងកប៉ាល់យ៉ាងតិច២នាក់នៅ ពេលយប់។



០៨

ការព្យាបាលរបួស និងសង្គ្រោះបឋម

- ▶ ការដាច់រលាត់អាចវិវឌ្ឍន៍ទៅជាការឆ្លងមេរោគ ធ្ងន់ធ្ងរដូច្នេះអ្នកត្រូវជាមួយបងប្អូនស្នាមៗ។
- ▶ ឧបករណ៍សង្គ្រោះបឋមត្រូវដាក់នៅកន្លែងស្ងួត និង ត្រូវតែស្អាត បង្ការក្នុងករណីមានរបួស។
- ▶ ឧបករណ៍សង្គ្រោះបឋមត្រូវតែរក្សាទុកក្នុងប្រអប់រក្សា សីតភាព។
- ▶ ការវិវឌ្ឍន៍សម្រាប់ប្រើប្រាស់ខ្លួនបង មិនឧបករណ៍ សុវត្ថិភាពទាំងអស់ត្រូវធ្វើជាភាសា និងទម្រង់ដែល ងាយយល់សម្រាប់ពលករនេសាទទាំងអស់។
- ▶ ប្រសិនបើពលកររងរបួសធ្ងន់ធ្ងរ ឬលើក ដំឡើងការព្យាបាលវេជ្ជសាស្ត្រស្នាមៗ។
- ▶ ដំឡើងបង្គោល ឬអ្នកគ្រប់គ្រងកប៉ាល់ត្រូវតែដាក់ប៉ាត់មានវិទ្យុ ទាក់ទងដែលដំឡើងការសម្រាប់ទាក់ទងជាមួយផ្ទាំង សមុទ្រគ្រប់ពេល ជាពិសេសក្នុងពេលមានអាសន្ន។



ក្រសួងការងារប្រទេសថៃ
ទូរស័ព្ទទាន់ហេតុការណ៍៖ ០៥០៦/១៥៨៦/១៣០០
ទូរស័ព្ទទាន់ហេតុការណ៍សម្រាប់ពលករទេសន្តរប្រវេសន៍៖ ០៦៩៨

បណ្តាញសិទ្ធិពលករនេសាទ
(ខេត្ត៖ណង ឈមផន ស៊ីងខ្លា និងត្រាត)
ទូរស័ព្ទ៖ +៦៦ ៧៨៣១ ៨២៦២
គេហទំព័រ៖ justiceforfishers.org

មជ្ឈមណ្ឌលស្តេឡាម៉ាវីសស៊ីហ្វីរី
ការិយាល័យ៖ ខេត្តប៉ាត់តាធី ស៊ីងខ្លា ស្រីរ៉ះតា រ៉ះយ៉ង
និងក្រុងបាងកក
ទូរស័ព្ទ៖ +៦៦ ៨៩ ១៥០ ៧៨០០
 +៦៦ ៨១ ៨០១ ២៨១៦
 +៦៦ ៨១ ៨៨៨ ៧៨៧២

មូលនិធិសិទ្ធិមនុស្ស និងអភិវឌ្ឍន៍
ទូរស័ព្ទ៖ +៦៦ ៨៦ ៧៥៦ ០៨៣៥

ការិយាល័យអង្គការអន្តរជាតិខាងការងារប្រចាំតំបន់អាស៊ី និងប៉ាស៊ីហ្វិកអាគារអង្គការសហប្រជាជាតិ វ៉ាត់ចាដាលីណេអុក ក្រុងបាងកក ១០២០០ ប្រទេសថៃ
លេខទូរស័ព្ទ៖ លេខទូរសារ៖
+៦៦ ២២៨៨ ១៧៦២ +៦៦ ២២៨០ ១៧៣៥
អ៊ីម៉ែល៖ info@ilo.org គេហទំព័រ៖ www.ilo.org

០៩ ចំណីអាហារ និងទឹក ស្អាតនិងមានអនាម័យ

- ▶ និយោជកត្រូវផ្តល់អាហារនិងទឹកដែលមានអនាម័យគ្រប់គ្រាន់។
- ▶ ត្រូវផ្តល់ទឹកសាបសម្រាប់ងូត និងដុសសម្អាតផ្ទៃព្យា។
- ▶ កន្លែងទុកដាក់ចំណីអាហារត្រូវតែស្អាតជានិច្ច។
- ▶ កាកសំណល់ត្រូវតែខ្ចប់ទុកជាក់ឱ្យបានត្រឹមត្រូវក្នុងធុង និងទុកឱ្យឆ្ងាយពីកន្លែងញ៉ាំអាហារ។



១០ បង្ការអគ្គិភ័យ

- ▶ និយោជកត្រូវផ្តល់បំពង់ពន្លត់អគ្គិភ័យឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់។
- ▶ បំពង់ពន្លត់អគ្គិភ័យគួរត្រូវបានបំពាក់ឱ្យបានត្រឹមត្រូវនៅកន្លែងដែលងាយមើលឃើញ/យកបានដោយងាយស្រួល និងឆាប់រហ័ស។
- ▶ ព័ត៌មានស្នើពីបំពង់ពន្លត់អគ្គិភ័យគួរត្រូវធ្វើឡើងជាភាសាដែលងាយយល់។
- ▶ មិនត្រូវទុកកំប៉ុងប្លាស្ទិកនៅក្បែរវត្ថុដែលងាយផ្ទុះឬឆាប់រងគ្រោះ។



១១ ប្រព័ន្ធប្រកាសអាសន្ន

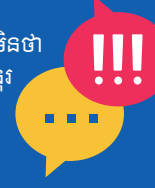
- ▶ និយោជកត្រូវដាក់សញ្ញាប្រកាសអាសន្នដើម្បីសុវត្ថិភាព និងការពារសុខភាព។
- ▶ រៀបចំប្រព័ន្ធប្រកាសអាសន្នក្នុងករណីមានធារិកបាត់ខ្លួន។

១២ អំពើហិង្សា និងការគំរាមនៅលើកប៉ាល់

- ▶ អំពើហិង្សាលើរាងកាយ ផ្លូវភេទ និងការគំរាមត្រូវបានហាមឃាត់។
- ▶ ប្រសិនបើអ្នកឬអ្នករួមការងារផ្សេងទៀតត្រូវបានគំរាមឬវាយដំ សូមស្វែងរកជំនួយពីអធិការវិជ្ជាការងារអង្គការសង្គមស៊ីវិល ឬសហជីព។



- នៅពេលអ្នកមានបញ្ហាសុខភាពឬសុវត្ថិភាពសូម៖
- ▶ ពិភាក្សាជាមួយនិយោជក
 - ▶ ប្រាប់មន្ត្រីអធិការកិច្ចនៅមជ្ឈមណ្ឌលផែនព្វាចូល (PIPO) អំពីគ្រោះថ្នាក់ឬរបួសដែលបានកើតឡើង។
 - ▶ ពិភាក្សាជាមួយសហជីពឬអង្គការសង្គមស៊ីវិលដែលអ្នកទុកចិត្ត។
 - ▶ គួរចាំថាច្បាប់ការងារការពារអ្នកមិនមែនជាជនជាតិដើមថៃឬពលករទេសន្តរប្រវេសន៍នោះទេ។



ចំណុចត្រូវចងចាំ ពេលនៅច្រាំងសមុទ្រ

- ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នការបោកប្រាស់ និងបញ្ហាគ្រោះថ្នាក់។
- កុំប្រើប្រាស់គ្រឿងញៀន។
- ប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យរាល់ពេលរួមភេទ។
- ប្រសិនបើអ្នកមានចម្ងល់អំពីស្ថានភាពរស់នៅនិងការងារនៅប្រទេសថៃនោះអ្នកអាចទាក់ទងមកមជ្ឈមណ្ឌលស្តេឡាម៉ាវីសស៊ីហ្វីរី បណ្តាញសិទ្ធិពលករនេសាទ មូលនិធិសិទ្ធិមនុស្ស និងអភិវឌ្ឍន៍។

មុនពេលឡើងកប៉ាល់ ត្រូវដឹងអំពីសិទ្ធិរបស់អ្នក៖

- ប្រាក់ឈ្នួលមធ្យមប្រចាំខែដែលមិនតិចជាង ៩៨៨០ បាតក្នុងមួយខែ។
- រយៈពេលសម្រាកចំនួន១០ម៉ោងត្រូវផ្តល់ឱ្យក្នុងកំឡុងពេល២៤ម៉ោង។
- ទទួលបានការរំលងបំបែកយើងចំនួន៣០ថ្ងៃក្នុងមួយឆ្នាំ។
- និយោជកទទួលបន្ទុករៀបចំ និងចំណាយក្នុងការបញ្ជូនពលករដែលរបួសត្រលប់មកកន្លែងដែលគេជ្រើសរើសដើមវិញ ប្រសិនបើពលករមានរបួសពេលធ្វើការនៅលើកប៉ាល់។
- និយោជកត្រូវតែប្រាប់អ្នកអំពីរយៈពេលដែលអ្នកត្រូវធ្វើការនៅលើសមុទ្រ (មិនត្រូវលើសពី៣០ថ្ងៃឡើយ)។
- និយោជកត្រូវផ្តល់ឧបករណ៍សុវត្ថិភាព សំលៀកបំពាក់ការពារ និងបង្រៀនពីរបៀបប្រើប្រាស់។
- ពលករមានសិទ្ធិផ្លាស់ប្តូរការងារ។



គន្លឹះសុវត្ថិភាព ពេលស្ថិតនៅ លើកប៉ាល់នេសាទ



shiptoshorerights@ilo.org

គម្រោងទទួលបានមូលនិធិពីសហភាពអឺរ៉ុប អត្ថបទទាំងអស់នៅក្នុងការបោះពុម្ពផ្សាយនេះមិនបានឆ្លុះបញ្ចាំងពីទស្សនវិស័យរបស់សហភាពអឺរ៉ុបនោះទេ។