

MỤC LỤC

I. Tổng quát	3
II. Những nguyên tắc chung về ATLĐ	5
III. An toàn khi sử dụng máy móc thiết bị	8
IV. An toàn về điện	13
V. An Toàn khi làm việc trên cao	18
VI. Các công tác khác	27
VII. Vệ sinh Lao động	31
VIII. Tâm niệm mà bạn phải ghi nhớ	32
IX. Các ký hiệu, biển báo quy ước về ATLĐ	33

36

2. Một số biển báo



34

LỜI NÓI ĐẦU

"Sức khoẻ & sinh mạng" của người lao động là tài sản vô giá của bản thân, gia đình và xã hội, vì vậy "An toàn lao động" là một trong những công tác hàng đầu mà Công ty Tân Kỷ đặc biệt quan tâm.

Với nội dung cô đọng, hàm chứa những vấn đề cơ bản về An toàn lao động và vệ sinh môi trường, sổ tay này là người bạn đồng hành của bạn ở mọi nơi và mọi lúc tại công trường thi công.

Chúc các bạn luôn an toàn trong lao động.



I. TỔNG QUÁT (1)

Làm việc tại công trường Công ty Tân Kỷ :

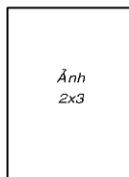
- ✓ Bạn sẽ được cấp Sổ tay này và được hướng dẫn về An toàn - vệ sinh lao động và Phòng chống cháy nổ.
- ✓ Bạn phải nắm vững nội dung sổ tay này để áp dụng.
- ✓ Sổ tay này được xem như là một giấy chứng nhận cơ bản về an toàn lao động khi bạn làm việc.



H.1

3

THÔNG TIN CƠ BẢN VỀ NGƯỜI CÔNG NHÂN



Họ tên:
 Ngày sinh:
 Họ khai:
 Địa chỉ liên hệ:
 Điện thoại liên hệ:

Ảnh
2x3

Thân nhân gần nhất để liên hệ (tên, số ĐT):

Tình trạng sức khoẻ: Nhóm máu:

Sau khi được học những nội dung trong quyển sổ tay này, tôi ký tên dưới đây đồng ý tuân thủ triệt để các quy định về an toàn lao động và vệ sinh công trường do Công ty hướng dẫn

Chữ ký công nhân Ngày:...../...../.....

XÁC NHẬN CỦA CÔNG TY (người phụ trách tại CT)

Họ tên: Chữ ký:

2

3. Một số biển báo



PHẢI ĐEO DÂY AN TOÀN



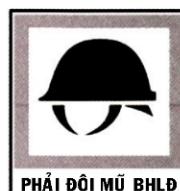
COI CHỪNG CHẤT ĐỘC



COI CHỪNG CHẤT ĂN MÓN



PHẢI ĐEO KÍNH BHLD



PHẢI ĐỘI MŨ BHLD



PHẢI MANG GĂNG TAY

I.TỔNG QUÁT (2)

Làm việc tại công trường Công ty Tân Kỷ, bạn cần tuân thủ :

- ✓ Nội quy An toàn - vệ sinh lao động, phòng chống cháy nổ.
- ✓ Nội quy của chủ đầu tư, nhà thầu chính, và công ty (theo thứ tự ban hành).
- ✓ Các băng rôn, biển báo, khẩu hiệu về ATLD và PCCC.
- ✓ Không được dùng rượu, bia, chất kích thích khi vào công trường.



H.2

4

IX. CÁC KÝ HIỆU BIỂN BÁO QUY ƯỚC VỀ AN TOÀN LAO ĐỘNG

1. Các ký hiệu

	Túi cứu thương
	Nẹp cứu thương
	Hoá chất độc dễ cháy nổ
	Cảng thương
	Xe cứu thương
	Nhà lá
	Mái tôn
	Nhà tầng
	Nơi cấp cứu nạn nhân
	Phóng xạ
	Hướng vào cấp cứu
	Hướng đưa nạn nhân ra

33



VIII. TÂM NIỆM MÀ BẠN PHẢI GHI NHỚ

- ➥ Hãy nhớ “AN TOÀN TUYỆT ĐỐI” là điều cần thiết trước tiên. Tuân thủ nó, bạn sẽ có niềm vui, sự bình an cho bản thân và gia đình bạn.
- ➥ Kiểm tra thật kỹ dụng cụ, trang thiết bị trước khi bắt tay vào việc và tập trung vào công việc cho đến khi bạn hoàn tất nó.
- ➥ Báo ngay cho người phụ trách khi bạn phát hiện nguy cơ xảy ra tai nạn lao động.

CHÚC CÁC BẠN

LUÔN AN TOÀN TRONG LAO ĐỘNG !

32



H.29

5. Hoả hoạn và cứu chữa

- ✓ Phải bình tĩnh khi chữa cháy.
- ✓ Cúp cầu giao điện, cô lập ngọn lửa, không cho bén tới những vật dụng xung quanh.
- ✓ Dùng bình chữa cháy, nước hoặc cát... để dập lửa (H.29).
- ✓ Báo có cho đơn vị PCCC nơi gần nhất để được hỗ trợ cứu chữa.

30

II. NHỮNG NGUYỄN TẮC CHUNG VỀ ATLD

1. **Nguyên tắc khi làm việc tay nghề**
 - ✓ Làm việc theo sự hướng dẫn của người chỉ huy trực tiếp.
 - ✓ Tiến hành công việc theo đúng trình tự.
 - ✓ Khi đổi ca hoặc được điều sang vị trí khác phải tiến hành bàn giao rõ ràng.

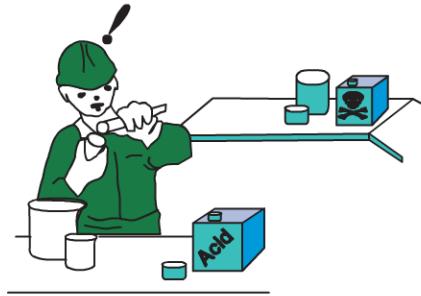
2. Đi lại trong công trường

- ✓ Tuân theo lối đi quy định, không vượt tắt qua những nơi có biển cấm, dây rào (H.3).
- ✓ Không đi lại dưới những nơi có người làm việc phía trên.
- ✓ Khi có chướng ngại vật ở lối đi phải dọn dẹp để thông đường.



5

3. An toàn khi sắp xếp vật liệu



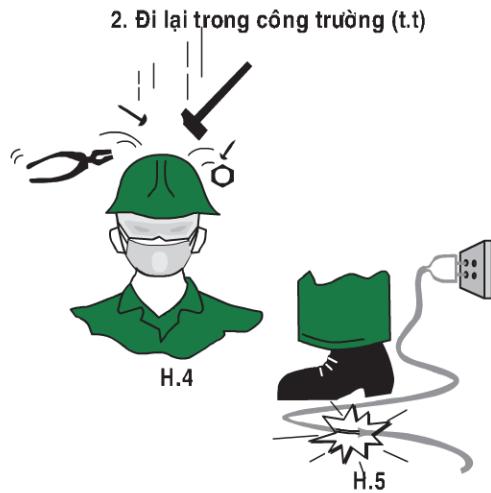
H.6

- ✓ Sắp xếp thứ tự, ngăn nắp.
- ✓ Dùng đế kê vật liệu và định vị chắc chắn, tránh lăn, đổ ngã.
- ✓ Bảo quản riêng, cẩn thận những chất dễ cháy, nổ, acid... (H.6).

4. An toàn khi sử dụng dụng cụ BHLĐ

- ✓ Trang bị thích hợp với công việc.
- ✓ Vừa vặn và trong tình trạng sử dụng tốt.
- ✓ Bảo quản kỹ lưỡng khi sử dụng xong.

7



- ✓ Luôn đội mũ bảo hộ (gài quai) và mang giày an toàn (H.4).
- ✓ Chú ý tránh dây điện, vũng nước, vật bén nhọn (H.5).
- ✓ Không đứng hoặc đi lại bên dưới cẩu trục hoặc xe nâng.

6

VII. VỆ SINH LAO ĐỘNG



- ✓ Luôn rửa tay trước khi ăn (H.30).
- ✓ Không mang những chất bẩn và độc hại về nhà.



- ✓ Đi vệ sinh đúng nơi quy định.
- ✓ Vệ sinh sạch sẽ nơi làm việc.

31

III. AN TOÀN KHI SỬ DỤNG MÁY MÓC THIẾT BỊ

1. Nguyên tắc chung

- ✓ Chỉ người có trách nhiệm mới được vận hành máy.
- ✓ Khi vận hành máy phải trang phục gọn gàng và có dụng cụ BHLĐ cá nhân.
- ✓ Kiểm tra máy trước khi vận hành.
- ✓ Tắt máy khi không có người điều khiển hoặc khi nguồn điện bị cắt.
- ✓ Trước khi vệ sinh, sửa chữa máy nhất thiết phải cắt nguồn điện và treo biển báo hoặc có người giữ nơi cấp điện.
- ✓ Phải tiếp đất phần vỏ kim loại các thiết bị điện.
- ✓ Khi sử dụng thiết bị điện cầm tay ở nơi nguy hiểm (trên cao, dưới hầm, hố, trong thùng, bồn kim loại..) phải có người giám sát và trực điện, thiết bị phải được cột vào nơi cố định (để tránh rơi).
- ✓ Không xách máy bằng dây nguồn hoặc dùng dây nguồn để cột kéo vật khác.
- ✓ Không cắt nguồn điện bằng cách giật dây nguồn.

8

3. Đề phòng vật sắc nhọn:



Dọn dẹp các vật nhọn, đập bằng các đinh dựng ngược trên ván gỗ ở lối đi (H.28).

29

2. Nâng chuyển vật



H.27

- ✓ Khi nâng vật nặng, hai chân cách nhau từ 30cm trở lên (H.27).
- ✓ Trường hợp vật quá nặng phải có người trợ giúp (tránh cố quá sức có thể gây chấn thương cột sống).

28

c/ An toàn khi làm việc trên giàn giáo

- ✓ Không để ngồi trên giàn giáo (H.25)
- ✓ Phải đeo dây an toàn (móc và dây cứu sinh hoặc vật cố định).
- ✓ Lên xuống bằng nhữ g bậc thang đã định sẵn.
- ✓ Không hút thuốc trên giàn giáo.
- ✓ Không được di chuyển giàn giáo khi có người hoặc đồ vật ở trên.
- ✓ Cách ly đúng quy định và bảo hộ tốt khi làm việc gần muros g dây điện.
- ✓ Khi đưa dù g cụ bắc vật lên xuống nhất thiết phải dù g tờ hoặc dây kéo (không được tung ném từ trên xuống hoặc ngược lại).



26

2. An toàn đối với một số máy

a/ Máy khoan :



H.7

- ✓ Mang kính bảo hộ (H.7).
- ✓ Không sử dụng găng tay.
- ✓ Kiểm tra mũi khoan đã lắp cố định chưa.
- ✓ Không thổi bằng miệng, không dùng tay để gạt mùn.
- ✓ Khi khoan tấm mỏng nên lót ván gỗ.
- ✓ Khi khoan tường hay trần nhà cần xác định rõ vị trí dây điện ngầm.

9

c/ Hàn khí (Ôxy, Acetylen, Argon...)



- ✓ Bình khí được cột đứng và di chuyển bằng xe đẩy (H.8)
- ✓ Khoá van lại sau khi xong việc.
- ✓ Không sử dụng khí Ôxy để thổi bụi ở quần áo.
- ✓ Tuyệt đối không để bình Ôxy tiếp xúc với dầu mỡ.
- ✓ Không được để bình va đập, đổ ngã, rung động mạnh.
- ✓ Không tự ý sửa chữa van chai, bình Oxy.

11

b/ Máy mài, máy cắt:

- ✓ Sử dụng kính bảo hộ khi vận hành máy.
- ✓ Máy phải có bộ phận che chắn.
- ✓ Duy trì khoảng cách giữa đĩa mài và giá đỡ (vật lý) 3mm.
- ✓ Đứng về một phía khi vận hành máy, tránh đứng trực diện (cùng mặt phẳng) với đĩa mài, đĩa cắt, để đề phòng sự cố xảy ra khi vỡ đĩa đá, vỡ vật mài (mảnh vụn bắn ra...).
- ✓ Khi thay đĩa mài, đĩa cắt nhất thiết phải để máy chạy thử khoảng 01 phút đến 03 phút.
- ✓ Không dùng đĩa mài, đĩa cắt khi có tiếng kêu lạ hoặc có vết nứt.
- ✓ Khi mài phải để vật mài tiếp xúc từ từ với đĩa mài (tránh để xảy ra va đập mạnh).
- ✓ Mặt bích 2 bên phải có đường kính ngoài bằng nhau và bằng tối thiểu 1/3 đường kính của đĩa mài.

10

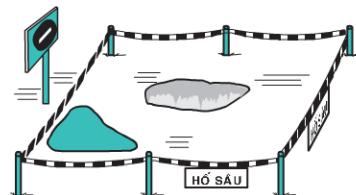
c/ An toàn khi làm việc trên giàn giáo (T.T)

- ✓ Giàn giáo cao (4 tầng trở lên) cần phải có dây neo (nếu giàn cố định) hoặc ráp thêm giàn phụ và cây chống ở chân đế (nếu giàn di động).
- ✓ Tránh sử dụng khi có mưa to gió lớn (khi làm việc ngoài trời).
- ✓ Khi di chuyển giàn giáo tránh chấn giàn đè lên dây điện trên sàn.

VI. CÁC CÔNG TÁC KHÁC

1. Công tác đào đất:

- ✓ Đất đào lên để cách xa miệng hố khoảng 1m (tránh sụp lở).
- ✓ Phải có rào cản, biển báo để tránh tai nạn cho người qua lại (H.26).



H.26

27

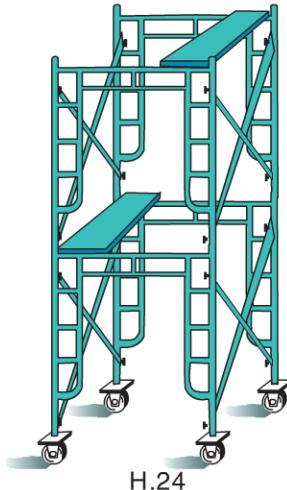
d/ Hàn hồ quang (hàn điện)



- ✓ Phải mang phương tiện bảo vệ cá nhân (mặt nạ hàn, găng tay, ủng cách điện...).
- ✓ Nơi làm việc phải có phương tiện PCCC.
- ✓ Các ly vật dễ cháy nổ gần nơi hàn.
- ✓ Không mặc trang phục có chất ny - lon, sợi tổng hợp.
- ✓ Chú ý độ cách điện an toàn của thiết bị : kềm hàn, tủ điện, dây nguồn....
- ✓ Tránh hít phải khói độc phát ra nơi hàn.

12

b/ Giàn giáo di động



H.24

- ✓ Khoá bánh xe lại (đối với giàn giáo tháp di động).
- ✓ Kiểm tra khoá chốt các cây chéo.
- ✓ Kiểm tra chất lượng giàn (vết nứt, giàn quá cũ).

25

4. An toàn trên giàn giáo
a/ Giàn giáo gác:



H.23

Chỉ phù hợp với những công việc lau chùi hoặc quét sơn (H.23).

24

3. An toàn khi dùng thang (3)



H.21

Cách mang dụng cụ an toàn khi lên, xuống thang.

22

IV . AN TOÀN VỀ ĐIỆN
1. Đề phòng (1)



H.10

Không được sửa điện nếu không có chuyên môn về điện (có kiến thức hoặc bằng cấp).

H.10

13

1. Đề phòng (3)

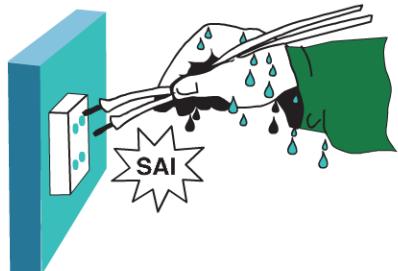


H.12

Khi mang, vác ống hoặc thang kim loại, lưu ý tránh chạm vào dây điện phía trên hoặc xung quanh (H.12).

15

1. Đề phòng (2)

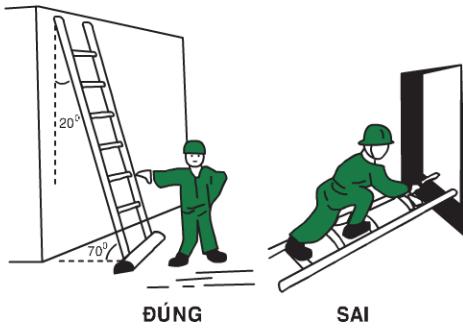


H.11

- ✓ Không vận hành hoặc sờ mó vào thiết bị khi tay ướt.
- ✓ Phải có phích cắm điện cho các máy móc và thiết bị cầm tay (H.11).
- ✓ Các công tắc, cầu dao phải có nắp đậy.
- ✓ Không phun hoặc để rơi các chất lỏng lên thiết bị điện như công tắc, mô tơ, tủ, hộp phân phối điện.

14

3. An toàn khi dùng thang (4)



H.22

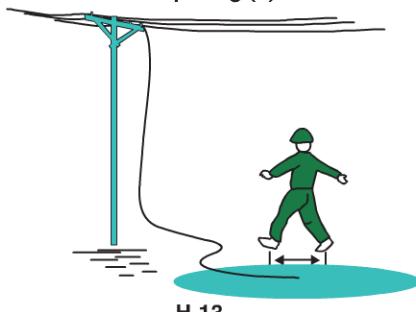
Góc nghiêng 75^0 so với mặt phẳng nằm ngang (H.22).

LƯU Ý:

- ✓ Kiểm tra chất lượng thang trước khi dùng để tránh thang bị gãy, đổ...
- ✓ Chùi sạch để giày khi lên, xuống thang.
- ✓ Kiểm tra điểm tựa của thang.
- ✓ Không cầm theo vật liệu, dụng cụ khi lên xuống (H.21).

23

1. Đề phòng (4)



H.13

ĐỀ PHÒNG TAI NẠN DO ĐIỆN ÁP BUỐC
Tránh xa nơi dây điện bị đứt, rơi xuống bề mặt ẩm ướt (H.13).

2. Bảo quản:

- ✓ Không để vật nóng (mỏ hàn, lưỡi khoan vừa khoan..) Và vật bén nhọn chạm vào dây dẫn điện.
- ✓ Phải đặt các thiết bị điện nơi khô ráo.

3. Kiểm tra:

Kiểm tra thường xuyên độ an toàn của trang thiết bị điện, dây dẫn điện và các mối nối ...

16

3. An toàn khi dùng thang (2)

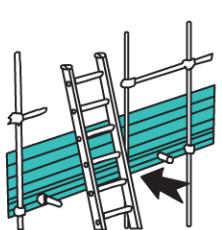


H.20

Không cố với người ra khỏi thang để thao tác (H.20).

21

3. An toàn khi dùng thang (1)



H.18



H.19

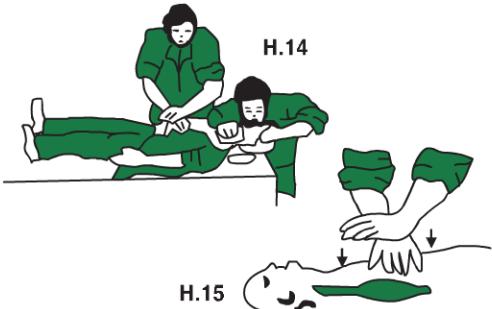
- ✓ Đối với thang gấp phải khoá an toàn nơi mối nối.
- ✓ Nếu nền lát phải có người giữ chân thang (hoặc lót chân thang bằng vật liệu chống trượt).
- ✓ Đầu trên của thang phải:
 - * Nhô ra khoảng 1m so với cạnh trên điểm tựa (H.8).
 - * Phải dựa vào vật thể cứng và cố định.
 - * Buộc chặt (tránh bật ra khi có người lên).
- ✓ Đầu dưới của thang phải được neo chặt (H.19).

20

4. Cấp cứu người bị điện giật

Khi có người bị điện giật phải:

- ✓ Cắt nguồn điện: dùng vật cách điện (thanh gỗ khô, bao tay cao su, di ống ...) Để cách ly nạn nhân ra khỏi nguồn điện.



H.14

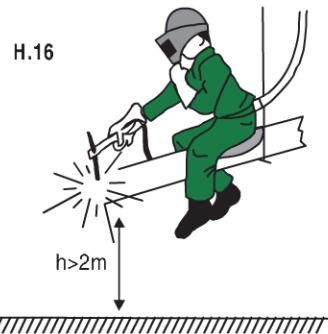
H.15

- ✓ Nếu nạn nhân còn tỉnh: để ngồi nghỉ ở tình trạng thoải mái.
- ✓ Nếu nạn nhân bất tỉnh (ngưng thở): thực hiện hô hấp nhân tạo đồng thời ép tim ngoài lồng ngực (H.14) và (H.15).
- ✓ Đưa nạn nhân đến cơ sở y tế gần nhất (đồng thời vẫn thực hiện bước 3).

17

V. AN TOÀN KHI LÀM VIỆC TRÊN CAO

- Công nhân phải có trạng thái tâm lý ổn định.
 - Không làm việc trên cao khi cảm thấy mệt hoặc chóng mặt.
- 1/ An toàn khi không có giàn giáo (thao tác trên những vật treo lơ lửng): phải mang dây an toàn ở độ cao trên 2m.

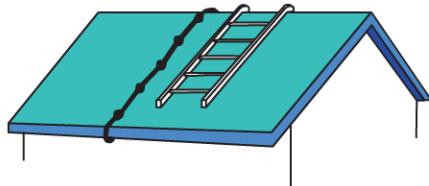


Khi hàn trên cao, các mối nguy hiểm (làm ngã xuống) có thể xảy ra do:

- Tia lửa hàn làm hoa mắt.
- Cố nhoài người ra để thao tác.

18

2. An toàn khi làm việc trên mái nhà, trần nhà



H.17

- Phải có thang gấp và dây neo an toàn.
- Chú ý tránh nơi mái giòn, dễ vỡ (fibro xi măng, tôn nhựa).
- Chú ý các dây điện và khả năng chịu lực của các thanh đà khi làm việc trên trần nhà.

19

CÁC SỐ ĐIỆN THOẠI KHẨN CẤP

- * Cứu Hoả 114
- * Cấp Cứu 115
- * Công An 113
- * Văn Phòng Công Ty: 08.8409437
- * Website: www.tanky.com.vn



CÔNG TY CỔ PHẦN XÂY DỰNG VÀ KINH DOANH ĐỊA ỐC TÂN KÝ
TAN KY CONSTRUCTION REAL ESTATE TRADING CORPORATION

TAKCO



ISO 9001 :2000

SỔ TAY AN TOÀN & VĨ SINH LAO ĐỘNG



Tài liệu tham khảo:

Quá trình biên soạn sổ tay này, chúng tôi có tham khảo một số tài liệu, hình ảnh về ATLĐ của các đơn vị trong và ngoài nước. Xin chân thành cảm ơn.

Chúc bạn luôn an toàn trong lao động