

# Tip Sheet ng Kaligtasan ng mga Tagalinis

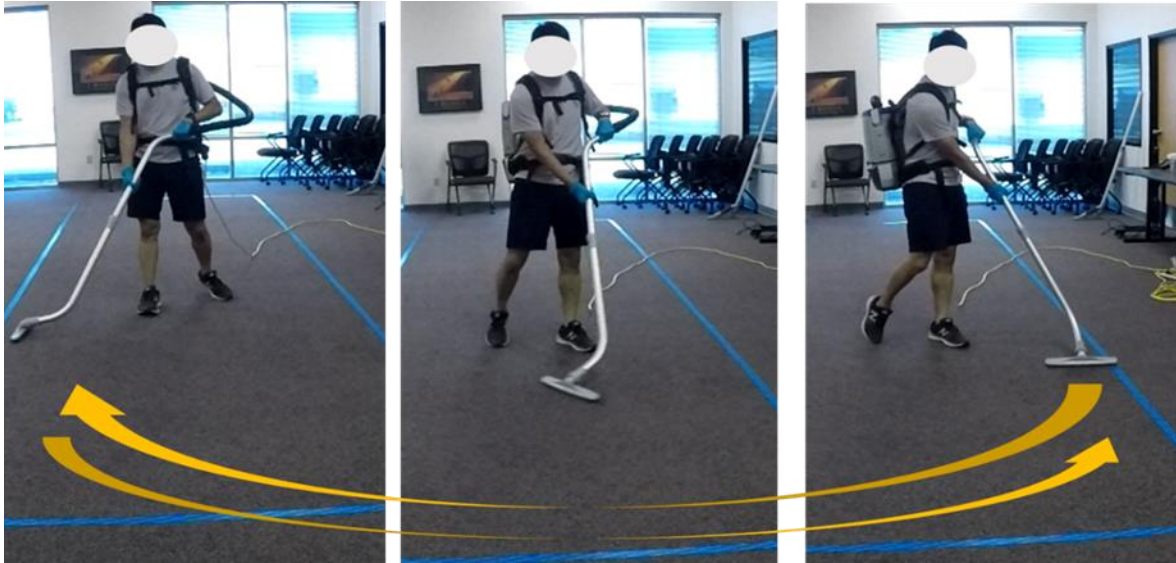
Isang serye ng mga tip sa kalusugan at kaligtasan upang maiwasan ang mga pinsalang nauugnay sa trabaho sa industriya ng paglilinis



Taglagas 2024

## Mas ligtas na pagba-vacuum

Maraming mga janitor at tagalinis ang nag-uulat na nakakakuha ng mga pinsala sa likod na nauugnay sa trabaho, kadalasan mula sa paggamit ng mga vacuum. Karaniwang nangyayari ang mga pinsala kapag: nag-angat o nagdadala ng vacuum, nagsusuot o nagtatanggal ng mga vacuum sa backpack, ginagawa ang parehong paggalaw sa loob ng maraming oras (paulit-ulit na paggalaw), o mula sa mga pinsala sa biyahe at pagkadupilas sa mga hose at cord o pababa ng hagdan/baitang.



### Para sa mga empleyado:

- I-clear ang lugar sa abot ng iyong makakaya bago mag-vacuum – tukuyin kung saan maaaring may mga lugar o bagay na maaaring magdulot ng pagkadupilas o pagkahulog
  - Gumamit ng labis na pag-iingat kapag nagba-vacuum ng mga hagdan
- Iwasang magdala ng backpack vacuum machine na masyadong mataas sa iyong likod
- Ang side-to-side na pagwawalis ay mas madali sa iyong mga kalamnan sa balikat kaysa gumamit ng front-to-back stroke
- Palaging isuot ang backpack vacuum gamit ang parehong mga strap ng balikat
- Subukang ilagay ang backpack sa magkabilang balikat nang sabay.
- Kung maaari, tulungan ka ng isang katrabaho, o ilagay ang vacuum sa isang mesa o ibabaw upang suportahan ang bigat

### Para sa mga employer:

- Magbigay ng: pagsasanay sa pinakamahuhusay na kagawian para sa ligtas na paglilinis, at mahusay na pinapanatili na kagamitan na maaaring iakma upang umangkop sa iyong mga empleyado
- Dapat pahintulutan ang mga empleyado ng pahinga ([RCW 49.12](#))