

JIRADA KULLAYKA XAGA SHAQADA

OGOW XAQIIQOYINKA DHOWRIDA GACANTA

Macluumaadka ku saabsan jirada kullaylka iyo
sida loo yareeyo khatartaada shaqada ku >>>
saabsan. Dhex mari

JIRADA KULAYLKU WAXA UU SAAMEEYAA LABBADABA SHAQAALHA DIBADA IYO GUDAHA



2/9

Baro Xaqiiqooyinka: Dhibaatooyinka Kulaylka Shaqaalaha

- Kulaylku wuu dilaa oo way ku bukoodaan shaqaalaha maalin kasta.
- Jirada la xidhiidha kulaylka waa laga hortagi karaa.
- Waa sharci darro loo shaqeeyayaashu inay u soo bandhigaan shaqaalaha kahtaraha la xidhiidha kullaylka.
- Khataraha kulaylka waxaa laga heli karaa shaqooyin badan oo kala duwan gudaha iyo dibada.

@nationalcosh



JIRADA KULAYLKA WAXA UU SAAMEEYAA LABBADABA SHAQAALHA DIBADA IYO GUDAHA

Gaadhida kulaylka daran waxay ka dhici karaan gudaha ama dibada, oo waxa uu dhici karaa xili kasta haddii xaaladahu ay sax yihiin, keliya maaha gudaha mowjadaha kulaylka.

Asbaabaha khatarka ee shaqada ee kulaylka jiradu waxay ku jirtaa hawsha jidhka ee culus, xaaladaha deegaanka kulul ama diiran, cimilo la qabsasho la'aanta, iyo xidhashada dharka haya kulaylka jidhka.

2/9

Warsahdaha Khatarta Sare ee Dhibta Kulaylka

Shaqooyinka Dibada

- Beeraha,
- Dhismaha (Samaynta Jidka iyo Saarida saqafka (Gaar ahaan)
- Dirida Xidhmada,
- Shidaalka iyo qodista Gaaska



Shaqooyinka Gudaha

- Dubida rootiga, Kijooyinka, Dhar maydhka
- Adeegyada Korontada (gaar ahaan bayliyaha qolka).
- Warshadaha birta iyo xadiidka iyo meelaha birta lagu dhalaaliyo.
- Warshadaynta aan lahayn ilaha kulaylka maxaliga sida foornada birta lagu dhalaaliyo.,
- Bakhaar ku kaydinta



@nationalcosh



GARO CALAAMADAHA DIGNIINTA EE JIRADA KULAYLKA



3/9

Astaamaha Jirada Kulaylka

- Suuxid, Dawakhaad
- Madax xanuun
- Yalaalugada, Mataga
- Giijsnaanta Muruqa
- Garaaca wadnaha Degdega ah
- Itaal darada, Ma jirka
- MIDUUN Qalayl, Casaan, Maqaar Kulul AMA Maqaar Dhidisan

**KULAYLKU WAX WUU DILI KARAA
HADDII UU SHAKI JIRO SOO WAC 911**

@nationalcosh >>>

AQOONSO KHATARAHA KULAYLKA



4/9

- Shaqada dibada
- Hawlaha jidhka ee culus.
- Dharka ilaalinta culayska leh iyo qalabka.
- Ka shaqee aagaga xayiran.
- Shaqooyinka kulul- sida ka shaqaynta gudaha jikada, qolka bayliyaha, xarunta dhar maydhka ama bakhaarka.

@nationalcosh >>>

GARGAARKA DEGDEGA AH EE JIRADA KULAYLKA



4/9

- U qaad shaqaalaha goob qabow (hadhka ama hawo wanaajinta).
- Isla markaaba qabooji:
 - o Geli biyo qabow oo leh baraf haddii la heli karo
 - o Ka saar dharka dibada, gaar ahaan sheeyada culus/ilaashan.
 - o Isticmaal xidhmooyinka barafka ama tuwaalada qabow ee qoyan madaxooda, qoorta, qoorta hoosteeda, kilin kilooyinka, iyo bogga
 - o Isticmaal marawaxad si ay hawo u wareegto
- HAKA tegin shaqaalaha keligood, xaaladooda way ka sii xumaataa si degdeg ah.
- Haddii aad shakido SOO WAC 9-1-1.

@nationalcosh



NAFTAADA KA ILAALI IYO DADKA AAD WADA SAHQAYSAAN DHIPTA KULAYLKA



5/9

- ✓ Dareere Cab - cab biyo badan (MAAHA soodhaha, cabitaanka tamarta ama khamrada).
- ✓ Qaado nasashooyin ka fog kulaylka (hadakha ama hawo qaboojinta yaa ugu fiican).
- ✓ U xidho koofiyada iyo dharka kulaylka.
- ✓ Shaqaalaha la wada shaqeeyo waa inay iska eegaan calaamadaha dhibta kulaylka.
- ✓ Ogolow shaqaalaha cusub ama kuwa soo noqonayo si loo fududeeyo shaqada (kordhi wakhtiga 20% maalintii) si loo dhiso adkaysiga.
- ✓ Fahan sida asbaabaha kale sida hawsha, heerka, dharka/qalabka ilaalinta, qoyaanka hawada, saamaynta adkaysiga kulaylka.

@nationalcosh >>>

MAXAY SHAQAALAHU SAMAYN KARAAN



6/9

1. Baro wax badan oo ku saabsan kulaylka jirada iyo sida looga hortaggo
2. Fikrad abuur samee ku saabsan khataraha goobtaada shaqada.
3. Qor waxa dhacay
4. Samee Guddida Caafimaadka iyo Badbaadada.
5. Ururi macluumaadka xidhiidhka ka yimid dhammaan dadka aad la shaqayso ee aad karto.
6. Doorro sida la iskula xidhiidho.
7. Qorshee iyo istraatiijiga u samee sida loo keeno walaacyadaada maamulka.
8. Si wada jir ah go'aan u gaadhaa.
9. Koox ahaan, dalabka loo shaqeeyahaaga hirgeli ahmiyadahaaga.

WAX BADAN KA BARO

www.nationalcosh.org/heat



DALABYADA TUSAALAHA GOOBTA SHAQADA



7/9

Loo shaqeeyayaaga waa inuu lahaadaa qorshe qoran si looga ilaaliyo shaqaalaha jirooyinka kulaylka. Qorshahu waa inuu:

- Lagu horumariyay rayiga ka yimid shaqaalaha.
- Ku dar shuruudaha siinta shaqaalaha fursado biyo, nasasho iyo kartida lagu qaboobo si caadi ah.
- Ku dar injineerinka iyo maamulka si loo fududeeyo kulaylka (sida aaga hadhka leh ee nasashada iyo/ama feejignaanta shaqaalaha cusub ama kuwan ku soo noqonaya wakhtiga fasaxa ah ee la kordhiya).
- Loo shaqeeyayaashaadu waa inay haysataan si uu ku qiimeeyo dhibta kullaylka wadarta + hawsha + asbaabaha gaarka ah ee kale ee warshadaada).
- Hubi in dhammaan shaqaalaha, kormeerayaasha iyo maamulka qaataan tababarka qorshaha iyo waxay ka kooban tahay.

WAX BADAN KA BARO

www.nationalcosh.org/heat



KA DALBO ILAALINA GOLLAHA IYO OSHA



Asuncion Valdivia Jirada Kulaylka iyo Xeerka Ka hortagga Dhimasahda:

U baahan Badbaadada Shaqada iyo Maamulka Caafimaadka (OSHA) si loo dhiso heerka la dhaqan gelin karo si loo ilaaliyo shaqaalaha ee deegnaada kulaylka sare.

Qiyaasaha waxaa ka mid ahaan doono fasaxyada mushaarka la bixiyo meelaha qabow, si loo helo biyo, xadidnaanta wakhtiga la gaadho kulaylka, iyo jawaabta gurmada ee shaqaalaha jirada kulaylka la xidhiidha.

Faraa loo shaqeeyayaasha si uu u bixiyo tababarka shaqaalahooda ku saabsan asbaabaha khatarta ee keeni karta jirada kulaylka, iyo hagitaanka nidaamyada saxda ah ee ka jawaabida astaamaha.

WAX BADAN KA BARO
www.nationalcosh.org/heat





9/9

**Waa inaad had iyo jeer qayb
ka ahaato horumarinta Ka
hortagga Dhibta Kulaylka
iyo Qorshaha Jawaabta.**

**Waxaa jirta AWOODA tirooyin
ah! Qaad tallaabo wada jir ah:
dalabaadka loo
shaqeeyahaaga ee ilaalinta
waa in loo gudbiyaa dadka
lala shaqeeyo, aan keli ahayn.**

WIXII MACLUUMAAD DHEERAAD AH BOOQO
nationalcosh.org/heat