

Medida Preventiva sira ba Moras sira ne'ebé relasiona ho Manas ne'ebé Kauza hosi Manas maka'as



동티모르



18개 모국어 번역본

Empregadór sira tenke foti medida preventiva sira hasoru moras sira ne'ebé relasiona ho manas tuir bainhira traballadór sira serbisu iha servisu fatin sira ne'ebé temperatura sensível maka 31°C ka aas liu.

Medida Preventiva sira ba Moras sira ne'ebé relasiona ho manas

- ✓ Uza termómetru no igrómetru iha fatin serbisu nian hodi sukat temperatura ne'ebé sensível no rejista asaun sira ne'ebé halo ona
- ✓ Informa ba traballadór sira kona-ba sintoma sira moras nian ne'ebé relasiona ho manas no medida emergjénsia sira molok serbisu iha manas maka'as
- ✓ Instala fatin deskansa nian (fatin deskansa nian no fatin mahon nian) besik fatin serbisu sira

Regra Seguransa Báziku Lima Obrigatóriu ba Onda Manas

Bee



- ✓ Fornese bee malirin no moos ho suficiente

Dispozitivu halo malirin



- ✓ Instala dispozitivu sira arrefesimentu/ventilasaun nian hanesan (portátil) ar-kondisionadu, ventiladór industriál sira, nst, no fó mahon ba kanopi sira bainhira serbisu iha manas maka'as
- ✓ Ajusta oras servisu nian hodi minimiza espozisaun durante oras manas aas liu

Deskansa



- ✓ Foti deskansa apropiadu bainhira serbisu iha manas maka'as ho temperatura ne'ebé sensível 31°C ka aas liu
- ✓ Deskansa pelumenus minutu 20 kada oras 2 bainhira serbisu iha manas maka'as ho temperatura ne'ebé sensível 33°C ka aas liu

Ekipamentu Arrefesimentu

- ✓ Fornese ekipamentu pesoál atu halo malirin hanesan halo malirin roupa & kolete sira

Liga 119



- ✓ Liga kedas ba 119 bainhira ema ne'ebé sofre ka deskonfia moras relasiona ho manas laiha konxiénsia
- ✓ Bainhira ema ne'e iha konxiénsia, hala'o medida emergjénsia no liga 119 bainhira sintoma la hadi'a

Suspensaun Serbisu ne'ebé Rekomenda tuir Nivel Onda Manas

Temperatura ne'ebé ema haree $\geq 33^{\circ}\text{C}$

Avizu kona-ba onda manas

- ✓ Ajusta oras servisu ka hamenus oras servisu iha liur

Temperatura ne'ebé ema haree $\geq 35^{\circ}\text{C}$

Alerta kona-ba onda manas

- ✓ Suspende serbisu iha liur durante oras manas maka'as exetu bainhira labele evita

Temperatura ne'ebé ema haree $\geq 38^{\circ}\text{C}$

Alerta kona-ba Manas maka'as

- ✓ Suspende serbisu iha liur exetu ba operasaun emergjénsia sira ne'ebé presiza ba resposta ba dezastre no jestaun seguransa nian



고용노동부

산업재해예방
안전보건공단



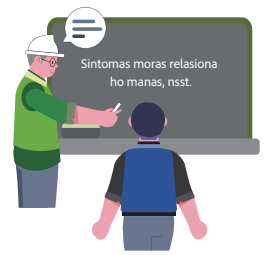
질병관리청



Jestaun ba Grupu Sensivel ba Moras Manas

▶ Grupu sira ne'ebé sensivel ba moras manas

- ✓ Traballadór sira ne'ebé foin hetan knaar atu serbisu iha manas maka'as
- ✓ Traballadór sira ho istória anteriór kona-ba moras relasiona ho manas
- ✓ Traballadór idozu sira ka sira ne'ebé iha istória kona-ba hipertensaun, diabetes, nst.



▶ Métopu jestaun ba grupu sira ne'ebé sensivel ba moras relasiona ho manas

- ✓ Aumenta neinek oras serbisu nian ba traballadór sira ne'ebé foin atribui no grupu sira seluk ne'ebé sensivel ba moras manas, hodi konsidera kondisaun traballadór ida-idak nian
- ✓ Verifika kondisaun saúde traballadór sira nian beibeik
- ✓ Informa traballadór sira kona-ba sintoma sira moras nian ne'ebé relasiona ho manas no medida emerjénsia sira molok serbisu iha manas maka'as
- ✓ Hamenus oras servisu nian durante manas maka'as, no atribui tempu deskansa adisionál

Medida Emerjénsia sira ba Moras sira ne'ebé relasiona ho Manas

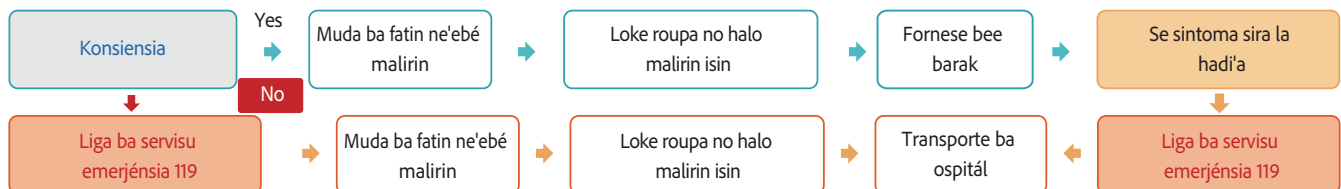
▶ Sintoma sira husi moras ne'ebé relasiona ho manas

*Aprende no halo tuir matadalan saúde nian ba prevensaun moras relasiona ho manas (KDCA).

- ✓ Temperatura isin nian aas liu duké normál, mear maka'as, ulun-toos, laran-sa'e, kolen muskulár, nivel konxiénsia ne'ebé redús

▶ Medida emerjénsia sira ba moras sira ne'ebé relasiona ho manas

- ✓ Muda ba fatin ne'ebé malirin.
- ✓ Loke ita-boot nia roupa no hamoos ita-boot nia isin ho bee malirin hodi halo malirin ho ventiladór liman nian, ventiladór elétriku, nst.
- ✓ Hidrata nafatin hodi hemu bee malirin barak. *Labele fó bee bainhira traballadór laiha konxiénsia.
- ✓ Deskansa ka buka atendimentu médiku.



Regra Seguransa Prinsipál Tolu ba Prevensaun Asidente Sufokasaun

▶ Fatin sira ne'ebé taka metin maka "área sira ho risku aas ba sufokasaun fat al".

Sira sai perigozu tebes durante manas.

- ✓ Fatin sira ne'ebé taka metin (hanesan iha tanki laran, vazú armazenamentu, kuak sira, nst.) hamosu risku ne'ebé aumenta maka'as ba defisiénsia oksijéniu no esposisaun ba gás tóxicu bainhira temperatura sa'e.

Fatin sira-ne'e perigozu iha ne'ebé dada iis dala ida de'it bele sai fatal.

Kumpri nafatin ho "Regra Seguransa Prinsipál Tolu ba Prevensaun Asidente Sufokasaun nian."

- 1 Sukat nível oksijéniu no konsentrasaun gás perigozu sira molok serbisu
- 2 Mantein ventilaun kontínuu antes no durante serbisu
- 3 Se ar ne'ebé bele dada iis la asegura, uza respiradór ne'ebé fornese ar ka aparelu respiratóriu auto-kontentu (SCBA)

Revizaun Xave sira ba Regra Prinsipál sira Seguransa no Saúde Okupasionál nian ba Prevensaun Sufokasaun (Efetivu iha 1 Dezembru 2025)

- 1 Espezifika obrigasaun atu fornese ekipamentu monitorizasaun oksijéniu no gás perigozu
- 2 Rejista no rai rezultadu sasukat nian
- 3 Iha kazu asidente ruma, bolu uluk servisu emerjénsia (119)
- 4 Reforsa formasaun no konxiénsia kona-ba perigu sira iha espasu ne'ebé taka metin