

خود بھی بحفاظت
گھر پہنچیں

فوڈ ڈیلیوری ورکرز

کام پر صحت اور حفاظت
کے لیے خطرات کو سنبھالنا



عام خطرات

- ❗ خراب موسم
- ❗ ٹریفک اور پیدل چلنے والے
- ❗ سازوسامان (جیسے ہائیک، سکوٹر یا ڈیلیوری بیگ) کا درست حالت میں نہ ہونا یا موزوں نہ ہونا
- ❗ گاہکوں یا عملے کی طرف سے تشدد، جارحیت یا ستانا
- ❗ کام کے غیر محفوظ نظام جیسے غیر حقیقی ڈیلیوری ٹائم کی وجہ سے ورکر کو غیر محفوظ طریقے سے رائیڈ کرنی پڑے
- ❗ پلیٹ فارمز اور آؤٹ لیٹس خطرات کی شناخت اور نقصان کے امکان اور شدت پر غور کرنے کے متعلق آپ سے بات کرنے کے پابند ہیں۔

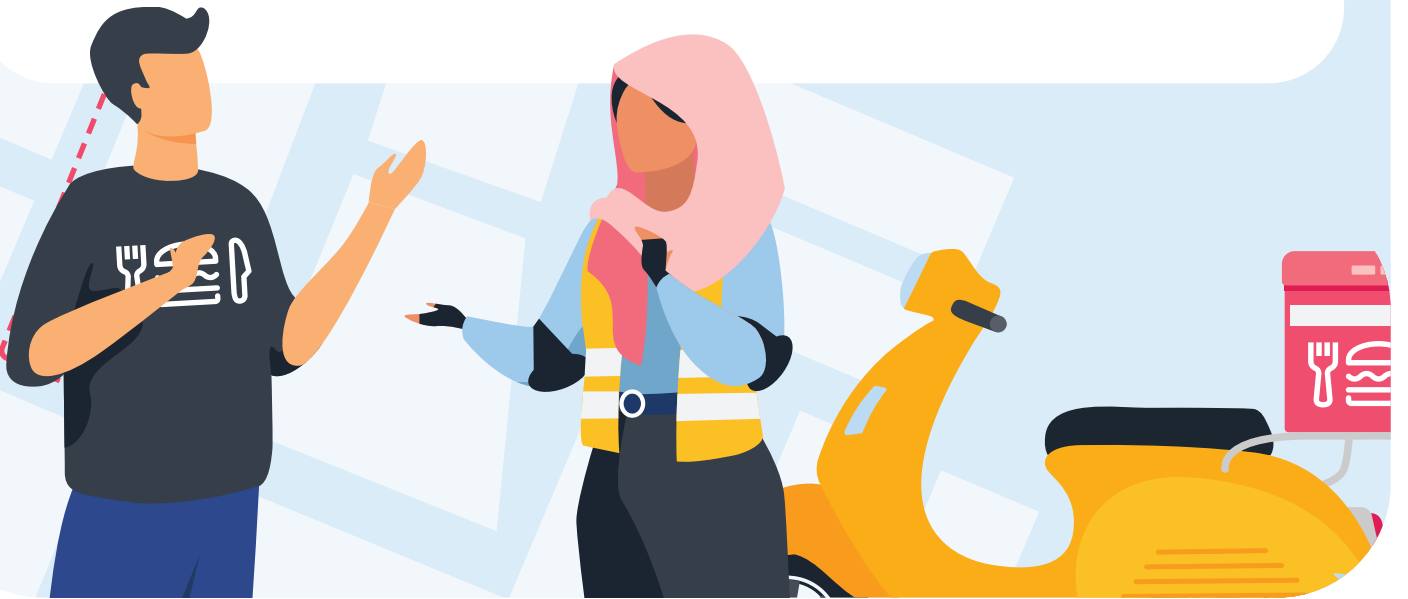
جب آپ فوڈ ڈیلیوری ورکر ہوں تو پلیٹ فارمز (ایپ کے ذریعے) اور فوڈ آؤٹ لیٹس (ریسٹورانٹس/دکانیں) آپ کی صحت اور حفاظت کو پیش خطرات سے آپ کو محفوظ رکھنے کے لیے ذمہ دار ہیں۔ آپ کی بھی ذمہ داری ہے کہ خود کو اور اپنے گرد دوسرے لوگوں کو محفوظ رکھیں۔

یہ اہم ہے کہ آپ، پلیٹ فارم اور فوڈ آؤٹ لیٹ ایک دوسرے سے ان معاملات پر بات کریں:

آپ کی اور دوسروں کی صحت اور حفاظت کے لیے عام خطرات اور اندیشے، اور



خطرات کو دور یا کم کرنے کے لیے سب سے بہتر پوزیشن میں کون ہے؟





سیلف ایملائڈ فوڈ ڈیلیوری ورکر کی حیثیت سے آپ پر لازم ہے کہ:

- ✓ آپ ٹریفک کے قوانین سے آگاہ ہوں اور ان کی پابندی کریں
- ✓ پلیٹ فارم کی طرف سے فراہم کی جانے والی تمام سیفٹی ٹریننگ مکمل کریں
- ✓ پلیٹ فارم یا فوڈ آؤٹ لیٹ کی طرف سے تمام معقول ہدایات پر عمل کریں
- ✓ پلیٹ فارم یا فوڈ آؤٹ لیٹ کو حفاظت میں مسائل کے متعلق بتائیں
- ✓ اپنے کام کے تمام سازوسامان کو چیک کریں اور درست حالت میں رکھیں - یعنی آپ کی ہائیک، سکوٹر، کار، ہیلٹ، ڈیلیوری بیگ
- ✓ حفاظتی آلات اور لباس استعمال کریں - ہیلٹ پہنیں، روشنی منعکس کرنے والا لباس، موسم سے بچانے والا لباس اور اچھی گرفت رکھنے والے جوتے پہنیں
- ✓ کاموں کو ایسے ری ڈیزائن کریں کہ ہاتھ سے کام کرنے والا کام کم سے کم رہے تاکہ آپ وزن اٹھاتے ہوئے خود کو نقصان نہ پہنچالیں
- ✓ ہوشیار رہیں - وقفے لیں، بہت زیادہ کام نہ کریں اور نہ ہی تھکاوٹ کے ساتھ کام کریں، اور رائیڈنگ کے دوران خطرات مول نہ لیں۔



قدم اٹھائیں

وہ اقدامات شناخت کریں جو آپ، پلیٹ فارم یا فوڈ آؤٹ لیٹ آپ کے کام کو زیادہ محفوظ بنانے کے لیے کر سکتے ہیں۔

یہ طے کرنے کے لیے پلیٹ فارم یا فوڈ آؤٹ لیٹ سے بات کرنا اہم ہے کہ کون آپ کی حفاظت یقینی بنانے کے لیے بہترین پوزیشن میں ہے۔

اگر حفاظت کے متعلق آپ کی تشویش کا حل نہ ہو سکے تو آپ کو اپنے صحت اور حفاظت کے نمائندے، سٹیٹ یا ٹیریٹری میں ورک ہیلٹ اینڈ سیفٹی ریگولیٹر یا یونین سے رابطہ کرنا چاہیے۔



نظر ثانی

باقاعدگی سے ان اقدامات کو چیک کرتے رہیں جو آپ، پلیٹ فارم اور فوڈ آؤٹ لیٹ نقصان کو کم کرنے کے لیے کر رہے ہیں تاکہ یہ یقینی رہے کہ یہ اقدامات اب بھی آپ کو اور دوسروں کو محفوظ رکھ رہے ہیں۔

