



ARAHAN KERJA SELAMAT KERJA DI TEMPAT TINGGI

- Gunakan tangga besi atau aluminium.
- Dapatkan permit bekerja di tempat tinggi terlebih dahulu.
- Tapak tangga mestilah mempunyai pelapik getah.
- Struktur tangga mestilah kukuh, tidak rosak atau bengkok.
- Hanya seorang dibenarkan berada di atas tangga pada satu-satu masa.
- Dilarang menggunakan tangga kayu atau buatan sendiri.

JIKA LEBIH 3 METER, PATUHI LANGKAH-LANGKAH BERIKUT :

- Gunakan mesin angkat (lif) atau perancah (scaffolding) yang dipasang oleh orang yang kompeten.
- Pakai tali pinggang keselamatan dan topi keselamatan.
- Kepong kawasan kerja menggunakan tali keselamatan (jika perlu).



ARAHAN KERJA SELAMAT **KERJA KERJA MENGANGKAT**



- Pastikan tiada halangan dan ruang yang cukup untuk membolehkan kerja-kerja dijalankan.
- Pagar ruangan untuk kegunaan mengangkat atau menurunkan barang-barang / bahan.
- Letakkan papan tanda amaran untuk mengawal pergerakan yang tidak tinggi.
- Kenalpasti bahaya dan risiko serta ambil langkah tindakan kawalan.
- Gunakan alat kelengkapan diri (ppe) yang sesuai.
- Pantau dan patuhi prosedur / arahan kerja selamat.
- Pakai "safety harness" jika bekerja pada paras tinggi melebihi 2 meter.
- Pastikan peralatan mengangkat yang berkaitan mematuhi keperluan FMA1967 seperti Sijil PMA yang sah dan pengendali mesin angkat yang terlatih dan bertauliah.



ARAHAN KERJA SELAMAT **PENGUNAAN ARIEAL WORK PLATFORM**

- Operator hendaklah memakai ppe yang lengkap seperti "Safety Harness" dan Topi Keselamatan.
- Pastikan peralatan / motor dalam keadaan baik dan telah diuji.
- Pastikan jarak yang selamat semasa operasi menaik dan menurunkan lingkaran lampu limpah.
- Dapatkan permit bekerja tempat tinggi dan diluluskan oleh Pejabat Pengurusan Fasilitas.
- Asingkan kawasan kerja dengan meletakkan kon keselamatan dari orang awam / anggota yang tidak berkaitan.
- Dilarang merokok semasa melakukan kerja.



ARAHAN KERJA SELAMAT **RUANGAN TERKURUNG** (Confine Space)

- Dapatkan permit bekerja di ruangan terkurung.
- Pengeluar permit tidak dibenarkan menjadi penyelia kemasukan.
- Kenalpasti bahaya dan pastikan kawasan sekeliling dalam keadaan selamat dan letakkan papan tanda amaran.
- Singkirkan semua pepejal dan cecair yang berhazard.
- Lakukan pengalihudaraan awal.
- Pastikan ujian pra kemasukan dilakukan oleh AGT.
- Bekalkan udara berterusan sepanjang tempoh kerja dilakukan.
- Pantau kandungan atmosfera secara berterusan.
- Pastikan ppe dalam keadaan baik dan berfungsi dengan sempurna.
- Periksa peralatan kerja berada dalam keadaan baik dan berfungsi.
- Isytihar status kesihatan AE.
- Penyelia perlu memeriksa dan menandatangani permit bekerja.
- Masuk dan bekerja dengan pemakaian ppe yang betul dan sesuai.
- Pembersihan perlu dilakukan selepas kerja selesai.



ARAHAN KERJA SELAMAT **PENGUNAAN ARIEAL WORK PLATFORM**

- Pastikan jentera Aerial Work Platform berada dalam keadaan baik sebelum beroperasi.
- Pastikan titik kestabilan diperolehi sebelum jentera dihidupkan.
- Jentera tidak boleh beroperasi di tempat terbuka (kawasan berangin).
- Pastikan permit angkat jentera masih sah.
- Operator hendaklah memakai ppe yang lengkap seperti "safety harness" dan topi keselamatan.
- Dilarang merokok semasa menggunakan jentera.



ARAHAN KERJA SELAMAT **PENGUNAAN FORKLIFT**

- Pastikan pekerja adalah orang yang kompeten dan terlatih.
- Operator forklift dilarang menggunakan telefon bimbit ketika memandu forklift.
- Pastikan forklift mempunyai permit mesin angkat yang sah.
- Pandu perlahan dan selamat.
- Pastikan tiada penumpang ketika membawa forklift.
- Sentiasa memakai tali pinggang keselamatan.
- Elakkan membawa beban yang berlebihan.



ARAHAN KERJA SELAMAT **KERJA DI JALAN RAYA**



- Pastikan peralatan / jentera berada dalam keadaan baik dan selamat untuk digunakan.
- Setiap anggota perlu menggunakan peralatan perlindungan diri (ppe) yang dibekalkan.
- Pastikan kawalan lalulintas mengikut arahan teknik jalan.
- Pastikan sistem pencahayaan yang mencukupi semasa melaksanakan kerja-kerja pada waktu malam.
- Sediakan "flag man" mengikut kesesuaian lokasi.
- Gunakan semua jenis papan tanda yang bersesuaian serta kon keselamatan.
- Pastikan tapak / lokasi kerja adalah selamat untuk pengguna jalan raya selepas kerja-kerja dilakukan.
- Pastikan peralatan / jentera yang telah digunakan berada dalam keadaan bersih sebelum disimpan semula.

ARAHAN KERJA SELAMAT KESELAMATAN ELEKTRIK



- Orang kompeten sahaja dibenarkan.
- Hanya suis yang telah disahkan untuk digunakan.
- Dilarang memakai barang kemas dan lain-lain yang berkonduktif.
- Guna dan pakai alat perlindungan diri untuk voltan tinggi seperti sarung tangan berpenekat elektrik.
- Gunakan peralatan yang ada penekat.
- Gunakan alat elektrik yang berada dalam keadaan baik.
- Elakkan kawasan lembap, basah, berair.
- Tandakan "rosak" pada peralatan elektrik yang sudah tidak boleh digunakan.
- Periksa sambungan kabel sebelum digunakan.
- Selepas bekalan kuasa / elektrik dimatikan, gunakan pena ujian untuk mengesahkan tiada elektrik.
- Jangan lakukan kerja elektrik ketika keletihan, mengantuk atau semasa emosi terganggu.
- Jika ragu-ragu, berhenti dan periksa keselamatan.
- Nyahtenagakan bahagian elektrik jika boleh dilakukan.
- Pastikan pencahayaan yang mencukupi.
- Gunakan tangga yang berpenekat untuk kerja elektrik di tempat tinggi.

ARAHAN KERJA SELAMAT TERPERANGKAP DI DALAM LIF UTeM



- Bertenang dan jangan cemas.
- Tekan butang kecemasan berulang kali untuk menarik perhatian orang di luar lif dan penyelamat.
- Hubungi penyelenggara lif **Dong Yang Elevator Sdn.Bhd** nombor telefon **0379597662** atau telefon bimbit **0126864722**. Jika nombor telefon tertera gagal dihubungi, sila berhubung dengan **Jabatan Bomba** di talian **999**.
- Tunggu dengan tenang sehingga bantuan tiba.
- Anggota yang berada di luar lif dan mendengar loceng kecemasan hendaklah menghubungi nombor telefon yang tertera di hadapan lif.
- Maklumkan kepada jawatankuasa bertindak kecemasan UTeM sekiranya perlu.



ARAHAN KERJA SELAMAT PERTOLONGAN CEMAS DI UTeM



- Maklumkan kepada anggota berdekatan sekiranya berlaku kemalangan.
- Maklumkan kepada ahli pasukan pertolongan cemas (first aider) yang terlatih.
- Kenalpasti keadaan mangsa samaada dalam keadaan sedar atau tidak sedar.
- Jika mangsa pengsan, first aider perlu memaklumkan kepada pihak klinik.
- First aider perlu cuba membantu mangsa dengan kaedah cpr.
- Penolong pegawai perubatan perlu segera ke tempat kejadian.
- Penolong pegawai perubatan juga perlu sahkan keadaan terkini mangsa.
- Hubungi pihak hospital atau polis untuk tindakan selanjutnya.
- Kenalpasti kecederaan yang dialami oleh mangsa, jika mangsa dalam keadaan sedar.
- Jika mangsa hanya mengalami kecederaan kecil, hantar mangsa ke klinik mbmb.
- Jika mangsa mengalami kecederaan parah atau pendarahan serius, hantar mangsa ke hospital.



ARAHAN KERJA SELAMAT **JIKA BERLAKU KEBAKARAN DI UTeM**

- Maklumkan kepada anggota berdekatan sekiranya berlaku kebakaran.
- Kenalpasti keadaan dan situasi kebakaran tersebut.
- Segera memadamkan kebakaran sekiranya yakin ianya boleh dipadamkan.
- Segera memaklumkan kepada ahli pasukan bertindak kecemasan (jika perlu).
- Aktifkan sistem penggera kebakaran yang terdekat jika kebakaran tidak dapat dikawal atau tidak yakin.
- Bunyi loceng panjang dan berterusan akan kedengaran.
- Hubungi pihak bomba dengan segera.
- Pejabat hendaklah dikosongkan dan semua anggota perlu berada di tempat berkumpul.
- Dilarang menggunakan lif semasa kebakaran.



ARAHAN KERJA SELAMAT DI KANTIN



- Pastikan lantai kantin dibersihkan setiap hari.
- Sabun pencuci tangan sentiasa berada di singki.
- Tong sampah perlu dibersihkan dan plastik sampah perlu diganti setiap hari.
- Semua bekas makanan dan minuman hendaklah sentiasa dibersihkan selepas digunakan.
- Dilarang merokok.
- Semua pengusaha dan pekerja kantin perlu patuhi etika pakaian seperti memakai apron, topi atau pelindung rambut.
- Semua pekerja dan pengusaha kantin diwajibkan mengambil suntikan thypoid seperti yang telah diarahkan oleh pihak berkuasa tempatan.

