

## An toàn khi tự làm

# Tất cả mọi Nối kết đều bằng Anh ngữ

## Các lẻ lối tái thiết nhà cửa an toàn

Tự bảo vệ mình và người khác tránh nguy hại là một việc dễ dàng nếu bạn theo những bước sau:

- Nhận ra những nguy hại
- Sửa soạn nơi làm việc
- Áp dụng các lẻ lối làm việc an toàn
- Chùi dọn đúng cách

Nếu được, thu xếp để dời phụ nữ mang thai, trẻ em và gia súc ra ngoài hoặc tránh xa nơi làm việc cho đến khi chùi dọn xong. Cũng cho xóm giềng biết về việc tái thiết để họ có thể làm những điều bảo vệ họ nếu cần.

## Nhận ra những nguy hại

Một cách chính xác nhất để tìm xem có những chất liệu nguy hại là thuê một người thử nghiệm.

- Coi xét kỹ càng nơi làm để tìm ra những chất liệu (kể cả đất hoặc bụi) có thể có hóa chất nguy hại. Có thể khó khăn nếu chỉ dùng mắt thường để nhận diện chất liệu nguy hại. .
- Tìm hỏi cố vấn chuyên môn hoặc đưa thử nghiệm những chất liệu khả nghi nếu không chắc. Nếu nghi ngờ thì nên giả dụ là có nguy hại và thi hành những ngăn ngừa thích đáng.

**Nên nhớ: bụi và hơi là nguồn nguy hại chính. Bạn phải tránh gây ra chúng hoặc kiềm chế chúng nếu được.**

## Sửa soạn nơi làm

Ngoài nhà

- Trải tấm nhựa dưới nơi làm để tránh bụi làm nhiễm mặt đất. Dời dụng cụ đồ chơi của trẻ em khỏi nơi làm việc và giữ cho trẻ em cùng gia súc tránh khỏi nơi đó cho đến sau khi chùi dọn.
- Đóng cửa sổ và cửa lớn và dán kín các lỗ thông hơi để ngăn bụi vào nhà. Nói với hàng xóm làm như vậy. Dán kín những nơi khác mà bụi có thể vào như dưới cửa.

Trong nhà

- Che kín nơi làm việc tách khỏi những nơi khác trong nhà để tránh gây nhiễm, bằng cách đóng cửa và dùng băng dính và các tấm nhựa. Dán các tấm nhựa lên sàn. Che phủ ống thông hơi, máy lạnh và các ống dẫn nhiệt.
- Nếu dùng hóa chất hữu cơ dễ bay hơi (sơn, keo hồ v.v), mở cửa sổ và cửa ngoài cho thoáng khí để tránh hơi tích tụ nơi làm việc.
- Dời bàn ghế thứ mềm, thảm và màn cửa khỏi nơi làm việc hoặc bao kín trong tấm nhựa nếu không dời được. .

## Làm việc an toàn

- Đừng ăn, uống hoặc hút thuốc nơi làm việc vì bạn có thể hít hoặc ăn phải bụi. Rửa tay và mặt với xà phòng và nước trước khi nghỉ để ăn và khi xong việc mỗi ngày.
- Thực thi các lễ lối để giảm thiểu bụi và hơi. Chẳng hạn như:
  - dùng đồ cạo sơn (paint strippers) thay vì chà nhám hoặc mài mòn mặt sơn (cạo sơn có thể nguy hiểm nếu làm không đúng cách - theo chỉ dẫn an toàn cẩn thận);
  - nhẹ nhàng loại bỏ và xếp đồng vật liệu phá hủy (không đập vỡ hay ném);
  - dùng dụng cụ không chạy điện nếu được để tạo ít bụi

*Ghi chú: bắn bằng nước các chất liệu xi măng asbestos là bất hợp pháp*

- Dùng đồ tưới có bơm để làm ẩm chút ít và giữ yên bụi. Cẩn thận trong việc dùng nước quanh nơi đồ điện.
- Dùng mặt nạ phòng hơi độc và mặt nạ ngừa bụi đúng Tiêu chuẩn Úc thích đáng và được khuyên dùng cho công việc (xem thông tin của nhà sản xuất khi lựa và dùng dụng cụ này). Cũng mang nón, găng tay, quần áo phủ cả người và kính mắt an toàn để bảo vệ mắt.
- Giữ cho bụi không ra khỏi nơi làm việc. Giày dép, áo quần, dụng cụ, vật liệu phá hủy có thể dính bụi. Không bao giờ rũ bụi quần áo cho sạch - thay vì làm vậy, dùng một máy hút bụi kỹ nghệ để hút sạch.



Khi đi mua đồ dùng an toàn, tìm loại có biểu tượng Tiêu chuẩn Úc (Australian Standards - AS)

## Chùi dọn sạch sẽ

- Chùi dọn nơi làm việc vào cuối mỗi ngày hay mỗi phiên. Dời vật phế thải khỏi nơi làm ngay.
- Tránh quét khô khiến bụi tung lên. Làm ẩm bụi với “sương” nước từ bộ bơm nước. Rửa các tấm nhựa dùng miếng bọt biển và thùng nước. Nước thải không chứa chất thải hóa chất hữu cơ dễ bốc hơi (VOC) cần phải được đổ xuống cống dẫn thải chứ không vào cống dẫn nước mưa hoặc trên đất.
- Gói ghém chất liệu thải trong các tấm nhựa và dán lại trong khi vẫn còn ở chỗ làm. Ghi nhãn rõ ràng chất thải có chì và asbestos.
- Vứt bỏ chất thải tại nơi nhận chất thải được chuẩn nhận (coi [Contacts](#) để có thêm chi tiết). Bỏ chất asbestos vào thùng rác nhà là bất hợp pháp.
- Thay quần áo bị nhiễm tại nơi làm việc và tự tắm rửa. Giặt quần áo làm việc riêng rẽ khỏi quần áo không làm việc (quần áo gia đình). Tráng sạch máy giặt sau khi xong.

Bấm đây để có [danh sách tóm lược những thông lệ tái thiết nhà cửa an toàn](#).