

Ang pinsala sa ulo ay maaaring magkaroon ng malubhang mga resulta—pagkawala ng malay, mga fracture, trauma sa utak, coma o kahit kamatayan. Kaya ang pagsusuot ng hard hat na aprubado ng CSA at pag-unawa sa kung paano pipiliin, pananatilihin at sisiyasatin ito ay mahalaga sa iyong kaligtasan.



Ang hard hat ay hindi lang piraso ng gamit—mahalagang layer ito ng proteksyon na dapat gamitin nang tama at palaging pangalagaan.

### Pagpili ng Tamang Hard Hat

Hindi lahat ng hard hat ay nagbibigay ng parehong antas ng proteksyon. Mahalagang malaman ang uri at klase ng hard hat na ginagamit mo.

### Mga Uri ng Proteksyon sa Impact

- Unang uri: Dinisenyo para protektahan ang ibabaw (bungo) ng ulo mula sa impact at pagpasok.
- Pangalawang uri: Nagbibigay ng proteksyon sa ibabaw at mga gilid ng ulo.

### Mga Klase ng Dielectric (sa Kuryente) na Proteksyon

- Class C (Conductive): Walang proteksyon sa kuryente.
- Class G (Pangkalahatan): Nasubukang makayanan ang hanggang 2,200 na boltahe.
- Class E (Kaugnay sa Kuryente): Nasubukang makayanan ang hanggang 20,000 boltahe.

### Paano Ito Susuotin nang Tama

Ang lahat ng hard hat na aprubado ng CSA ay dapat permanenteng may nakalagay na:

- Pagkakakilanlan ng manufacturer
- Marka ng model
- Uri ng proteksyon sa impact
- Buwan at taon ng paggawa
- Laki o range ng laki
- Marka na nagsasaad na maaari itong isuot nang pabaliktad.

*Paharap*—Hinihiling ng mga pamantayan ng CSA na isuot ang mga hard hat na nakaharap ang brim. Kung kailangan ng ekstrang init o ginhawa, gumamit lang ng mga liner na aprubado ng CSA na dinisenyong magkakasya sa ilalim ng hard hat nang hindi naaapektuhan ang mga feature nito na pamproteksyon.

*Huwag magsuot* ng mga hoodie, ball cap o iba pang hindi aprubadong item sa ilalim ng hard hat. Maaaring makahadlang ang mga ito sa pagkasya, limitahan ang paningin at gumawa ng mga panganib, lalo na malapit sa umaandar na kagamitan o mga espasyo na mababa.

*Magdedekorasyon ng mga sticker?* Bagaman hindi pinahihina ng mga sticker ang shell, maaari itong magtago ng mga bitak o iba pang sira. Maglagay lang ng kaunti para masiyasat nang mabuti ang ibabaw.



### Pangangalaga at Pagpapanatili

Sa katagalan, maaaring masira ang hard hat ng pang-araw-araw na mga sanhi. Kasama sa mga ito ang:

- Mga langis ng buhok
- Pawis
- Dumit at alikabok
- Hairspray o mga treatment sa buhok
- Pagkakalantad sa kemikal
- Matagal na pagkakalantad sa linawag ng araw o init

Ang regular na paglilinis gamit ang *banayad na sabon at maligamgam na tubig* ay tumutulong na mapahaba ang itatagal nito at mapanatili ang pagganap ng hard hat.

(ipinagpatuloy)



**» RISK. PROFESSIONALLY MANAGED.**

Telepono: 204-632-6600 | Email: [info@rpmsafety.ca](mailto:info@rpmsafety.ca) | Web: [www.rpmsafety.ca](http://www.rpmsafety.ca)

25 Bunting Street Winnipeg, MB R2X 2P5

## Siyasatin Bago Ka Protektahan

Ang araw-araw na pagsiyasat ay simpleng gawi na maaaring makaiwas sa matinding pinsala. Tingnan kung mayroong:

- Mga bitak, yupi o punit
- Pag-fade o pagkupas (malamlam, maputlang kulay o tagpi-tagpi na mga ibabaw)
- Sira nang suspension, kasama ang baluktot, nisnis o naputol na mga strap at sirang mga clip
- Sira sa liner.

Kung mayroon ang alinman sa mga palatandaang ito—o kung nakatanggap ang hard hat ng masyadong malakas na pagtama o nalampasan ang inirerekomendang itatagal nito (karaniwan ay 5 taon, depende sa manufacturer)—**iulat at palitan kaagad ito.**

## Paano naman ang Mga Bump Cap?

Ang mga bump cap ay maaaring katulad ang histura nito, pero hindi dinisenyo ang mga ito para sa proteksyon sa impact. Walang suspension system ang mga ito na nagbibigay-daan para sa shock absorption at hindi aprubado ng CSA o ANSI para sa proteksyon laban sa mga nahuhulog o lumilipad na bagay. Ang mga bump cap ay para lang sa mga kapaligiran na may mababang overhead clearance at hindi nagbibigay ng sapat na proteksyon kung magkakaroon ng impact.

## Panghuling Salita

Ang hard hat ay maaaring magmkuhang maliit na bagay—pero maaari itong makasagip ng buhay. Ang pagpili ng tamang uri, paggamit nito nang tama at pangangalaga dito nang maayos ay tinitiyak na magagawa nito ang trabaho nito kapag kailangan na kailangan.

**Siyasatin ito. Linisin ito. Igalang ito.**

**Dahil ang pagprotekta sa iyong ulo ay pagprotekta sa kinabukasan mo.**

## Mga Sanggunian ayon sa Regulasyon

Mga Regulasyon ng Canada sa Kalusugan at Kaligtasan sa Trabaho

- [BAHAGI XII Kagamitan para sa Proteksyon at Iba pang Hakbang na Pang-iwas](#)

Regulasyon sa Kaligtasan at Kalusugan sa Lugar ng Trabaho

- [BAHAGI 6 PERSONAL NA KAGAMITANG PAMPROTEKSYON](#)
- (magsisimula sa pahina 125)

## Kailangan pa ng tulong? Makakatulong ang RPM!



### Kaligtasan para sa mga Supervisor

Ang layunin ng kursong ito ay tiyakin na bibigyan ang mga supervisor ng impormasyon, mga gamit at mapagkukunan para mahusay na maisagawa ang kanilang mga tungkulin at responsibilidad sa kaligtasan at kalusugan.



### Pangunang Lunas na Pang-emergency: CPR: Level C at AED

Ang kurso na pangunang lunas at cardiopulmonary resuscitation (CPR) ay nagbibigay ng mga kakayahan na kinakailangan para malaman at matugunan ang mga emergency sa puso at kapag nabulunan para sa mga Nasa Hustong Gulang, Bata at mga Sanggol. Ang kursong ito, ay ibinibigay ng RPM Safety at naaangkop para sa mga kinakailangan sa lugar ng trabaho.



### Pag-uulat ng Insidente at Mga Imbestigasyon

Ang lugar ng trabaho ay dapat may proseso para iulat ang mga pinsala na may kaugnayan sa lugar ng trabaho, sakit at mapanganib na mga pangyayari. Kapag natanggap na ang mga ulat na ito, dapat mayroon ding proseso para matiyak na makukumpleto ang mga imbestigasyon para maiwasan itong muling mangyari.



### Pagtukoy ng Panganib at Pagkontrol ng Panganib

Ang pag-alam sa makakasakit sa mga manggagawa sa trabaho ay ang unang hakbang para matiyak na mananatili silang ligtas. Ang maagap na pamamaraan sa pagpigil ng mga panganib sa lugar ng trabaho ay lubos na nagpapataas sa posibilidad ng di masyadong matindi at mas mababang bilang ng mga pinsala. Ang kursong ito ay nagbibigay sa mga estudyante ng praktikal na kaalaman na kinakailangan para matukoy, ma-assess at makontrol ang mga mapanganib na elemento ng kanilang lugar ng trabaho para magampanan nila ang kanilang tungkulin sa pag-iwas sa mga mapanganib na insidente.



### Pagsasanay sa Inspeksyon sa Lugar ng Trabaho

Ang Pagsasanay sa Inspeksyon sa Lugar ng Trabaho ay magbiigay sa mga tao ng pagkakataong ipaliwanag ang mga kinakailangan at ang (mga) layunin ng inspeksyon sa lugar ng trabaho, malaman ang hinahanap at kung paano matutukoy ang panganib, ang proseso ng dapat gawin kapag may mga resulta sa inspeksyon, at maunawaan ang proseso para sa pagpapatupad ng mga aksyon sa pagwawasto at kung paano susubayabayan at tutukuyin ang mga trend.



**RPM RISK. PROFESSIONALLY MANAGED.**

Telepono: 204-632-6600 | Email: [info@rpmsafety.ca](mailto:info@rpmsafety.ca) | Web: [www.rpmsafety.ca](http://www.rpmsafety.ca)

25 Bunting Street Winnipeg, MB R2X 2P5