

**ÇANKAYA İŞ SAĞLIĞI VE GÜVENLİĞİ MERKEZİ**

**Adres:** Gazi Mah. Silahtar Cad. No:134 Yenimahalle/ANKARA • **Tel:** (+90) 312 211 16 80 (pbx) • **Faks:** (+90) 312 211 16 83 • www.www.cankayasaglik.com.tr

**İŞBAŞI İSG KONUŞMALARI**

**(TOOLBOX TALKS)**

No: 345 Sayfa No: 1/1

### 

### YENİ YIL KARARLARI

**- Sağlık ve Emniyet Tutum ve Davranışları -**

Bir yeni yıla daha girdiniz. Hala yaşıyorsunuz (besbelli) ve muhtemelen sağlıklısınız. Peki, yeni yılda da bunu söyleyebilecek misiniz? Henüz bu soruya cevap veremezsiniz. Yeni bir yılı karşıladınız ve bugünden sonra adım adım bu yılı kendiniz için en iyi olacak şekilde biçimlendirmelisiniz. Bunun için neler yapmalısınız?

Doğal yollardan olmayan, yani, bir kaza vs. sonucu olan ölümlerin çoğu iş ile ilgili değildir. Kişinin sigara, alkol, kötü beslenme ve sağlıksız rejim yapmak gibi kişisel alışkanlıkları da birer sebeptir. Sigara dumanı olan bir ortamda bulunmak, sizin sigara içmenizden daha zararlıdır. Çok kilolu olmak, sırt ağrılarına dayanıklılığınızı azaltır. Alkol ve uyuşturucu bağımlılığı, hem sağlık problemlerine neden olur hem de işvereniniz sizden koordinasyon ve karar verme yetinizin azalması nedeniyle şikayetçi olur. Kişisel alışkanlıklarınızı bir gözden geçirin ve aşırılıklarınıza bir sınırlama getirin.

Evde olan kalıcı yaralanmalar iş yerinde olanlara göre daha çoktur. Niçin böyledir? Bu sorulara kendiniz için cevap verin: İşyerinizde uyguladığınız emniyet önlemlerinin aynısını evinizde de uyguluyor musunuz? Evinizdeki aletler iyi durumda ve muhafazalı mı? Merdiveniniz kaliteli ve bakımlı mı? Tehlikeli malzemelerle çalıştığınızda kişisel koruyucu ekipman giyiyor musunuz? İş yerinizde emniyet kurallarına uymak zorunludur, değilse bile onlara uyarsınız. Evinizde de aynı şekilde davranmalısınız. İşinizde kullandığınız emniyet ve prosedürleri evinizde de uygulamanız çok iyi olacaktır.

Şimdiye kadar, umuyorum ki, hayatınızı daha sağlıklı ve emniyetli hale getirmeye karar verdiniz. Bu yıl iş yerinizde kendinizi daha emniyetli yapmak için ne yapabilirsiniz? Her şey davranış biçimi ile başlar. Emniyetli çalışma tek yoldur. Yaralanmalar çalışmanın doğasından gelmemektedir. Yaralanmalar bazı şeylerin yanlış gitmesinin bir sonucudur. Kazalar sadece olmaz; sebeptirler de. Bunu aklınızda tutun, işinizde olabilecek tehlikelere karşı tetikte olun. Tehlikeler sizin ya da diğerlerinin yaralanmasına neden olmadan tedbir alın, elimine edin ya da kontrolünüz altına alın. İşinizle ilgili muhtemel tehlikelerin ne olduğunu öğrenmeye çalışın ve bunları diğer arkadaşlarınızla paylaşın. Şirketinizin emniyetle ilgili çalışmalarına yardımcı olun.