

# Xogta Kooban ee Xeerarka Xaalada Degdega ah ee Kulaylka Banaanka 2022

Markii u danbaysay ee la cusboonaysiiyay waa Juun 1, 2022

## Xogta Aasaasiga ah

Xeerka U ban Bixida Kulaylka Banaanka ka jira ee abadiyanka ah e Washington ayaa dhaqan gala sanad kasta, Maayo ilaa Sibteembar.

Marka lagu daro shuruudaha xeerka rasmiga ah, laga bilaabo Juun 15, 2022, shuruudo dheeraad ah oo ku meel gaar ah ayaa lagusoo rogayaa biyaha qaboow, harka, mudooyinka nasiinada is qaboojinta, iyo la socoshada iyo kala hadlida shaqaalaha astaamaha iyo calaamadaha xanuunka kulaylaha.

Xogta soo soca waa guudmar; faahfaahin dheeraad ah oo ku saabsan shuruudaha, ka fiiri [Xeerarka U ban-bixida Kulaylka Banaanka](#).

## Heerkulka

Xeerarka U ban-bixida Kulaylka Banaanka ee Washington ayaa wali ka doonaaya loo shaqeeyaasha inay qaadaan talaabooyin si ay uga hortagaan xanuunnada ka dhasha kulaylaha marka shaqaaluhu u ban-baxaan kulaylka wax ka badan 15 muddo 60 daqiiqo ah gudahood markay ka shaqaynayaan midkood Heerarka Shaqada ee soo socda:

- 52° F – Dhar aan laga neefsan karin
- 77° F – Dharka culus ee suufka ah
- 89° F – Dhammaan dharka kale

Loo shaqeeyaasha ayaa masuul ka ah la socoshada heerkulka dhabta ah ee goobta shaqada dhammaan maalinta shaqada, marka laga reebo loo shaqeeyaasha go'aansada inay si buuxda u dhaqan gashaan shuruudaha xeerka. Diiwaannada heerkulka qasab maaha in la hayo.

## Biyaha

Sii biyo la cabo oo ku filan shaqaale kasta si uu u cabo ugu yaraan 1 garaafe (afar galaas oo min 8 firiqo oo biyo ah ku jiraan) saacad kasta, kuna dhiiri geli inay biyaha cabaan.

Xaqiiji in biyaha la cabaayo ay qaboow yihiin si loogu dhiirado cabistooda ayna meesha ugu diyaarsan yihiin shaqaalaha markasta.

**Ogoow:** Waxaa jira xeerar kale, sida kuwa shirkadaha dhimaha ama beeraha, oo u baahan inay biyo u diyaarshaan shaqaalaha, si ka duwan xeerkaan. Xeerarkaas ayaa qaban kara ayagoo dheeri ku ah xeerkaan ama marka xeerkaan aan la fulin karin.

## Harta iyo Nasiinada

Sii shaqaalaha meel ay harsadaan kuna dhiiri geli shaqaalaha inay qaataan mudooyinka nasiinada isqaboojinta ah marka ay dareemaan inay u baahan yihiin si looga hortago inay si xad dhaaf ah u kululaadaan. Shaqaaluhu waa inaysan sugin ilaa ay ka xanuunsadaan si ay u qaboobaan.

**Marka heerkulku yahay 89°F ama ka badan,** mudooyinka qasabka ah ee nasiinada isqaboojinta waa in la siiyaa sidoo kale (tusaale, ugu yaraan 10 daqiiqo labadii saacba mar); loo shaqeeyaashuna waa inay xaqiijiyaan in har qaboow oo ku filan haystaan markasta si uu si buuxda ugu daboolo shaqaalaha nasanaaya ama xiliga cuntada ayagoo si caadi ah u fadhiya.

Si uu u noqdo meel qaboow, harku waa inuu kahortagaa iftiinka tooska ah ee qoraxda uusana ahayn heerar kulaylku jabin karo qaboowga hooska, sida in la galo gaari aan lahayn qaboojiye ama hooska geedaha beerta ee qoyaanka iyo kulaylku geesaha kasoo galayaan. Meesha harka ah waa inaysan ahayn mid wasaq ah ama dadku ka wiswisaan inay adeegsadaan; tusaale, haka dhigin haka meel u dhow musuqulaha, bahalaha duurka ee khatarta ah sida masaska, ama qoladaha xoonka.

Labadaba mudooyinka nasiinada kahortaga ah iyo kuwa qasabka ah waa inay yihiin waqti mushaar lagu qaato ilaa in la qaato maahee xiliga qadada.

Qaababka qaboojinta ee kale ayaa la adeegsan karaa badalka harka, sida meel heerkulkeeda la xakameeyo sida gaariyaasha xamuulka ee qaboojiyaha leh ama goobaha la rusheeyo.

## La qabsiga (inaad la qabsato kulaylka)

Loo shaqeeyaasha waxaa lagu boorinayaa in qof kasta oo ku cusub inuu ka shaqeeyo meelaha kulul ama ka fogaa kulaylka wax ka badan hal asbuuc si dho looga eego astaamaha iyo calaamadaha xanuunka kulaylaha muddo 14 maalmood ah ayadoo la adeegsanaayo kuwa soo socda midkood:

- Taleefanka ama raadiyaha (shaqaalaha keliga ah; haddii qaabilaada la isku halayn karo)
- Qorshayn shaqaalaha kooxo la iskugu daraayo lagana doonaayo in koox walba dadka ku jira xaalkooda la socoto (tusaale, nidaamka qasabka ah ee saaxiibka).
- Qaababka kale ee waxgalka ah.

Waxaa jiri kara xiliyo kale marka la qabsiga lagu talinaayo; tusaale, marka heerkulku si lama filaan ah u kaco (tusaale, mawjada kulaylka) marka loo eego maalmihii hore.

Si aad u hesho tilmaamo iyo tusaale ku aadan jadwallada la qabsiga imaan kara ee aad raacayso, [akhri talooyinka Machadka Qaran ee Badqabka iyo Caafimaadka Shaqada \(National Institute for occupational Safety and Health. NIOSH\)](#).

## Aqoonso oo ka jawaab Xanuunka Kulaylka.

Ka jawaba shaqaalaha leh calaamadaha iyo astaamaha xanuunka kulaylaha adoo ka nasinaaya shaqada, siinaaya har ama qaab kale oo ku haboon inay isqaboojiyaan, iyo la socoshada si aad u go'aamiso in daryeel caafimaad loo baahan yahay.

Xaqiiji qaababka waxtarka leh ee helitaanka adeegyada caafimaadka degdega ah in la diyaarsho F417-294-303 (Somali)

lana ogyahay si isla markaba loo dhaqan gasho marka loo baahdo. Waqtigu waa muhiim.

### **Marka heerkulku gaaro 89°F ama ka badan, xaqiiji:**

Shaqaalaha iyo kormeereyaashu inay haystaan qaab waxtar ah oo ay iskula hadlaan, ayna ku jiraan shaqaalaha keligood meel ka shaqeeya. Wada hadalka codka ah, muuqaalka ah, ama adeegsiga aaladaha elektarooniga ah ee leh aqbalada la isku halayn karo ayaa la adeegsan karaa.

Shaqaalaha waxaa laga eegayaa astaamaha iyo calaamadaha xanuunka kulaylka ayadoo la adeegsanaayo:

- Taleefanka ama raadiyaha (shaqaalaha keliga ah; haddii qaabilaada la isku halayn karto)
- Qorshayn shaqaalaha kooxo la iskugu daraayo lagana doonaayo in koox walba dadka ku jira xaalkooda la socoto (tusaale, nidaamka qasabka ah ee saaxiibka).
- Qaababka kale ee waxgalka ah.

### **Qorshee oo Tababar**

Xaqiiji in Barnaamijka Kahortaga Shilka (Accident Prevention Program, APP) ee qoran ee shirkada ay ku jiraan xogta iyo habraacyada badqabka u ban-bixida kulaylaha banaanka.

Shaqaalaha iyo kormeereyaasha waa in la tababaraa kahor intaysan ku shaqayn meel kulul iyo sanad kasta marka koobaad kadib. Tababarka waa in lagu baxshaa luuqad shaqaaluhu ahmaayo waana in looga hadlaa mawduucyada ku qoran xeerka, ayna ku jiraan habraacyada ku qoran barnaamijka APP.

---

*La xariir Waaxda Shaqada iyo Shaqaalaha (Department of Labor & Industries) ee Gobalka Washington si aad u hesho ku saabsan barnaamijyada iyo adeegyada wakaalada oo ku qoran luuqadaada adoo wacaaya 1-800-547-8367. Adeegaan waa bilaash.*

*Marka la codsado, qaababka lagula xiriiro dadka naafada ah ayaa la heli karaa. Wac 1-800-547-8367. Istimaalayaasha TDD, waca 711. L&I (Waaxda Shaqada iyo Shaqaalaha) waa loo-shaqeeye leh fursado loo siman yahay.*