

ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਇਮਪਲੋਏਅਰਜ਼ ਨੂੰ, ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਯਾਦ ਕਰਵਾ ਰਹੀ ਹੈ

ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਦੀ ਗਰਮੀ ਦੀ ਸਿਖਰ (ਹੀਟ ਡੇਮ) ਕਰਕੇ ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਨੇ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ (ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਟਰੈੱਸ) ਦੇ 115 ਕਲੇਮ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ; ਜੋ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਔਸਤ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 180 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦਾ ਵਾਧਾ ਸੀ।

ਰਿਚਮੰਡ, ਬੀ.ਸੀ. (25 ਜੁਲਾਈ, 2022) – ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਮੌਸਮ ਦੀ ਮੱਠੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਬੀ.ਸੀ. ਹੁਣ ਸੂਬੇ ਭਰ ਵਿਚ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਦੇਖ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਤਾਪਮਾਨ ਦੇ ਵਧਣ ਨਾਲ, ਇਮਪਲੋਏਅਰਜ਼ (ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ) ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਰਕਰਾਂ – ਅੰਦਰ ਅਤੇ ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੋਨਾਂ - ਲਈ ਖਤਰਿਆਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀਆਂ ਥਾਂਵਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਰੱਖਣ ਲਈ ਉਪਾ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ, ਬੀ.ਸੀ. 'ਤੇ ਪੂਰੇ ਸੂਬੇ ਵਿਚਲੇ ਅੱਤ ਦੇ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਨਾਲ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲੀ ਗਰਮੀ ਦੀ ਸਿਖਰ ਦਾ ਅਸਰ ਪਿਆ ਸੀ। ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ, ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਨੇ ਸਾਲ 2021 ਵਿਚ ਵਰਕਰਾਂ ਤੋਂ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ (ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਟਰੈੱਸ) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ 115 ਕਲੇਮ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਜੋ ਕਿ ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਔਸਤ 41 ਕਲੇਮਾਂ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ 180 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਦਾ ਵਾਧਾ ਸੀ।

ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਵਿਖੇ ਪ੍ਰੀਵੈਨਸ਼ਨ ਫੀਲਡ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਅਫਸਰ ਸੰਦੀਪ ਮਾਂਗਟ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ, “ਸਾਨੂੰ ਆਸ ਹੈ ਕਿ 2021 ਦੀ ਗਰਮੀ ਦੀ ਸਖਤ ਲਹਿਰ ਨੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਤਾਪਮਾਨਾਂ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦੇ ਖਤਰਿਆਂ ਬਾਰੇ ਗਿਆਨ ਵਧਾਇਆ ਹੈ। ਭਾਵੇਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਫਾਰਮ 'ਤੇ ਜਾਂ ਕਨਸਟਰਕਸ਼ਨ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋਵੋ, ਜਾਂ ਅੰਦਰ ਰੈਸਟੋਰੈਂਟ ਦੀ ਕਿਚਨ ਵਿਚ, ਜਾਂ ਫੈਕਟਰੀ ਦੀ ਕਿਸੇ ਫਲੋਰ 'ਤੇ, ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਗੰਭੀਰ ਬੀਮਾਰ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਮੌਤ ਦਾ ਕਾਰਨ ਵੀ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ।”

ਮਾਂਗਟ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਦਰਲੀ ਥਾਂ ਵਿਚ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ (ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਸਟਰੈੱਸ) ਫਿਕਰ ਦਾ ਇਕ ਵਧ ਰਿਹਾ ਖੇਤਰ ਹੈ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਸਾਲ 2021 ਵਿਚ, ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਹੋਣ ਦੇ ਇਕ-ਤਿਹਾਈ (35 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ) ਕਲੇਮ ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਵਰਕਰਾਂ ਦੇ ਸਨ।

ਮਾਂਗਟ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ, “ਜਾਰੀ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਗਰਮੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਐੱਚ ਵੀ ਏ ਸੀ ਸਿਸਟਮਾਂ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਵਾਲੀਆਂ ਬਿਲਡਿੰਗਾਂ ਜਾਂ ਗੱਡੀਆਂ ਵਿਚਲੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਣ ਦਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖਤਰਾ ਹੈ।”

ਖਤਰੇ ਦੀਆਂ ਅਸੈਂਸਮੈਂਟਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ

ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਤੋਂ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਨ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ, ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਇਮਪਲੋਏਅਰਜ਼ ਤੋਂ ਇਹ ਮੰਗ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਬਾਰੇ ਅਸੈਂਸਮੈਂਟਾਂ ਕਰਨ। ਜਿਵੇਂ ਢੁਕਵਾਂ ਹੋਵੇ, ਇਮਪਲੋਏਅਰਜ਼ ਕੋਲ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਅਜਿਹੀ ਪਲੈਨ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜਿਹੜੀ ਗਰਮੀ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿੱਖਿਆ ਅਤੇ ਟਰੇਨਿੰਗ ਦਿੰਦੀ ਹੋਵੇ।

ਜੇ ਛੇਤੀ ਪਛਾਣ ਨਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਇਲਾਜ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਰਮੀ ਦੀ ਥਕਾਵਟ (ਹੀਟ ਇਗਜ਼ੋਜ਼ਰਨ) ਅਤੇ ਹੀਟ ਸਟਰੋਕ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਗਰਮੀ ਦੀ ਥਕਾਵਟ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ, ਚੱਕਰ ਆਉਣਾ, ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਵਿਚ ਕੜਵੱਲ ਪੈਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਹੀਟ ਸਟਰੋਕ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਵਿਚ ਪਸੀਨਾ ਆਉਣਾ ਬੰਦ ਹੋਣਾ, ਸਾਹ ਤੇਜ਼ ਹੋਣਾ, ਘਬਰਾਹਟ ਹੋਣਾ, ਸੀਜ਼ਰ ਅਤੇ ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣਾ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਇਮਪਲੋਏਅਰਜ਼ ਨੂੰ ਇਹ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਿੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਵਰਕਰਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਕਾਰਜ ਵਿਚ ਅਗੇਤੋ ਹੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਖਤਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ, ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਖਤਰਿਆਂ ਦੀ ਅਸੈਂਸਮੈਂਟ ਅਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ।

ਹੇਠਾਂ ਕੁਝ ਉਪਾ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ ਜਿਹੜੇ ਇਮਪਲੋਏਅਰ ਅਤੇ ਵਰਕਰ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ: ਇਮਪਲੋਏਅਰਜ਼

- ਗਰਮੀ ਦੀਆਂ ਹਾਲਤਾਂ 'ਤੇ ਨਿਗਰਾਨੀ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਵਰਕਰਾਂ ਤੋਂ ਇਕੱਲੇ ਕੰਮ ਨਾ ਕਰਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰੋ।
- ਇਹ ਪੱਕਾ ਕਰੋ ਕਿ ਢੁਕਵੀਂ ਫਸਟ-ਏਡ ਕਵਰੇਜ ਅਤੇ ਐਮਰਜੈਂਸੀ ਲਈ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।
- ਗਰਮੀ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਥਾਂਵਾਂ, ਸਾਜ਼-ਸਾਮਾਨ, ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿਚ ਸੇਧਾਂ ਕਰੋ।
- ਖਤਰੇ ਨੂੰ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕੰਮ ਦੇ ਅਮਲ ਅਤੇ ਪੌਲੀਸੀਆਂ ਬਦਲੋ।

- ਕੰਮ ਅਤੇ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਦੇ ਢੁਕਵੇਂ ਸਮਿਆਂ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉ; ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਦੇ ਬੀਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ 'ਤੇ ਇਹ ਬਹੁਤ ਲੇਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਗਰਮੀ ਦਾ ਸੰਪਰਕ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਦੀਆਂ ਸਰਗਰਮੀਆਂ ਵਿਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰੋ ਜਾਂ ਵਾਧੂ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
- ਛਾਂ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਠੰਢਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਏਰੀਏ ਬਣਾਉ।

ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ: ਵਰਕਰ

- ਕਾਫ਼ੀ ਪਾਣੀ ਪੀਉ (ਹਰ 20 ਮਿੰਟਾਂ ਬਾਅਦ ਇਕ ਗਲਾਸ)।
- ਹਵਾਦਾਰ ਕੱਪੜੇ ਤੋਂ ਬਣੇ ਹੋਏ ਹਲਕੇ ਰੰਗ ਦੇ, ਢਿੱਲੀ ਫਿਟਿੰਗ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਉ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਸੂਤੀ।
- ਕਿਸੇ ਠੰਢੇ, ਚੰਗੀ ਹਵਾਦਾਰੀ ਵਾਲੇ ਏਰੀਏ ਵਿਚ ਆਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਬਰੇਕਾਂ ਲਉ।
- ਸਖਤ ਸਰੀਰਕ ਕੰਮ ਦਿਨ ਦੇ ਸੱਭ ਤੋਂ ਠੰਢੇ ਸਮਿਆਂ ਦੌਰਾਨ ਕਰੋ, ਸਵੇਰ ਦੇ 11 ਵਜੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਦੇ 3 ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ।
- ਖਤਰੇ ਦੇ ਆਪਣੇ ਨਿੱਜੀ ਪੱਖ ਜਾਣੋ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਜੂਦ ਕੋਈ ਬੀਮਾਰੀਆਂ।
- ਆਪਣੀਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ ਵਰਕਰਾਂ ਦੀਆਂ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਅਤੇ ਲੱਛਣ ਚੈੱਕ ਕਰੋ।

worksafebc.com ਉੱਪਰ [ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ](#) ਬਾਰੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਜਾਣੋ। [ਪ੍ਰੀਵੈਨਟਿੰਗ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਐਂਟ ਵਰਕ](#) ਪੜ੍ਹੋ ਜਾਂ [ਸਨ ਸੇਫਟੀ ਐਂਟ ਵਰਕ](#) 'ਤੇ ਵੀਡੀਓ ਦੇਖੋ।

ਮੁੱਖ ਤੱਥ

- ਸਾਲ 2021 ਵਿਚ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ 115 ਕਲੇਮਾਂ ਵਿੱਚੋਂ, 74 ਬਾਹਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਸਨ, ਅਤੇ 41 ਅੰਦਰ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਵਰਕਰਾਂ ਲਈ ਸਨ।
- ਪਿਛਲੇ ਤਿੰਨ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ (2018-2020), ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਨੇ ਹੀਟ ਸਟਰੈੱਸ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਕੁੱਲ 122 ਜਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ ਔਸਤ 41 ਕਲੇਮ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕੀਤੇ ਸਨ।

-30-

ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਬਾਰੇ

ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ, ਬੀ.ਸੀ. ਵਿਚ ਸੱਟਾਂ, ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਅਤੇ ਡਿਸਏਬਿਲਟੀ ਤੋਂ ਰੋਕਥਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਕੰਮ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸੱਟਾਂ ਲੱਗਣ ਜਾਂ ਬੀਮਾਰੀਆਂ ਹੋਣ 'ਤੇ, ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬੀ, ਰਾਜ਼ੀ ਹੋਣ, ਅਤੇ ਕੰਮ 'ਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਵਾਪਸੀ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਮੁਆਵਜ਼ਾ ਅਤੇ ਮਦਦ ਦਿੰਦੀ ਹੈ। ਬੀ.ਸੀ. ਭਰ ਵਿਚ ਅਸੀਂ 2.49 ਮਿਲੀਅਨ ਵਰਕਰਾਂ ਅਤੇ 263,000 ਕੰਮ-ਮਾਲਕਾਂ ਨੂੰ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਮੀਡੀਆ ਰੀਲੇਸ਼ਨਜ਼, ਵਰਕਸੇਫ ਬੀ ਸੀ

ਈਮੇਲ: media@worksafebc.com

ਟੈਲੀਫੋਨ: 604-276-5157