



**OSHA®**  
पेशागत सुरक्षा  
तथा स्वास्थ्य प्रशासन

# काममा सुरक्षा र स्वास्थ्य यो कानून हो!

सबै कामदारहरूलाई नमिन् कुराहरूको अधिकार छ:

- सुरक्षित कार्यस्थल ।
- बदलाको शिकार नबनकिन, आफ्नो रोजगारदाता वा OSHA सामु आफ्ना सुरक्षा तथा स्वास्थ्य सम्बन्धी मुद्दा उठाउन पाउने, वा कामसँग सम्बन्धित कुनैपनि चोटपटक वा रोग बारे रिपोर्ट गर्न पाउने ।
- तपाईंको कार्यस्थलमा रहेका जोखिम तत्वहरू लगायत, काममा रहेका जोखिमहरू सम्बन्धी सूचना र तालमि प्राप्त गर्ने ।
- यदि तपाईंलाई आफ्नो कार्यस्थलमा असुरक्षित र अस्वस्थ अवस्थाहरू रहेका छन् भन्ने लागेमा OSHA लाई त्यसको नरीक्षण गरिदिने अनुरोध गर्ने । OSHA ले तपाईंको नाम सुरक्षित राख्नेछ । तपाईंलाई OSHA सँग सम्पर्क गर्नका लागि आफ्नो तर्फबाट एउटा प्रतिनिधि राख्ने अधिकार छ ।
- OSHA नरीक्षणमा सहभागी हुने (वा आफ्नो प्रतिनिधिलाई सहभागी गराउने) र नरीक्षकसँग गोप्य रूपमा कुरा गर्ने ।
- तपाईंले आफ्ना अधिकारहरू प्रयोग गरेकै कारण तपाईंसँग बदला लडिएको खण्डमा 30 दिन भित्र OSHA लाई उजुरी दायर गर्न पाउने (फोन, अनलाइन वा इमेलद्वारा) ।
- OSHA ले तपाईंको रोजगारदातालाई जारी गरेका उपस्थितिपत्रहरू हेर्न पाउने ।
- आफ्ना मेडिकल रेकर्डहरू, कार्यस्थलका जोखिमहरूको मापन गर्ने परीक्षणहरू, र कार्यस्थलमा घटसिकेका चोटपटक वा रोगका घटनाहरूको अभिलेखको प्रतिलिपिका लागि अनुरोध गर्न पाउने ।

यो पोस्टर OSHA मा निःशुल्क रूपमा उपलब्ध छ।

**OSHA लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।  
हामी मद्दत गर्न सक्छौं।**

रोजगारदाताहरूले नमिन् कुराहरू गर्नुपर्छ:

- कर्मचारीहरूलाई ज्ञात जोखिमहरूबाट मुक्त कार्यस्थल उपलब्ध गराउनुपर्ने । कर्मचारीले रोजगारदाता वा OSHA सामु स्वास्थ्य तथा सुरक्षा सम्बन्धी मुद्दाहरू उठाउँदा, वा काम-सम्बन्धी चोटपक वा रोगका घटनाहरू बारे रिपोर्ट गर्दा, साथै आफ्ना अधिकारहरू प्रयोग गर्दा उससँग बदला लनु कानून अनुसार गैर-कानूनी मानिन्छ ।
- सबै लागूयोग्य OSHA मानदण्डहरूको पालना गर्नुपर्ने ।
- OSHA लाई कामसँग सम्बन्धित सबै मृत्युका घटनाहरू बारे 8 घण्टा भित्र र सबै अंतरंग अस्पताल भर्नाहरू, अंगभंगहरू तथा आँखा गुमाएका घटनाहरू बारे 24 घण्टा भित्र जानकारी गराउनु पर्ने ।
- सबै कामदारहरूलाई उनीहरूले बुझ्ने भाषा तथा शब्दमा आवश्यक तालमि दिनुपर्ने ।
- यो पोस्टर कार्यस्थलमा प्रमुखताका साथ देखाइनु गर्नुपर्ने ।
- OSHA का उपस्थितिपत्रहरू कथित उल्लङ्घनहरू नजिकैको स्थानमा टाँस्नुपर्ने ।

हरेक राज्यमा OSHA-समर्थित परामर्श कार्यक्रमहरू मार्फत उपस्थितिपत्र वा जरविना बना नै साना र ठूला आकारका रोजगारदाताहरूका लागि जोखिमहरू पहिचान गर्ने र तनीहरूको समाधान गर्ने निःशुल्क सहायता उपलब्ध छ।

