



# دليل العاملة المنزلية

## Housekeeper Guide



دليل

دليل  
العاملة المنزلية

Housekeeper  
Guide

الفكرة والمحتوى  
عبدالعزیز الخضيري

@azizkhudiry

2018م

ترجمة اللغات  
مكتب الصورة بالنسيم - الرياض



## تقديم

يحاول هذا الدليل الموجز للعاملة المنزلية والذي تم ترجمته بعدة لغات أن يساهم في المجال التوعوي والتثقيفي لكافة فئات المجتمع، وتعتبر فئة العمالة المنزلية فئة مهمة لما لها من دور في مساعدة الأسرة داخل المنزل، ونهدف من إصدار الدليل الإرشادي للعاملة المنزلية وخاصة (المستجدات)، هو توضيح كيفية استخدام ما يحتويه المنزل من أجهزة وخدمات كالكهرباء والمياه والغاز والأفران والثلاجات والتوصيلات الكهربائية والألات الحادة... إلخ. وكيفية التعامل معها والاستخدام السليم لها، وخطورة الاستخدام الخاطيء، وذلك من خلال الجملة القصيرة والصورة الإيضاحية وبعده لغات كما يتضمن موجزاً لأهم الأنظمة في المملكة العربية السعودية.

هنا.. ستلمس الأسرة مدى الأهمية التي سيقدمها هذا الدليل من نصائح وإرشادات ومعلومات علمية من مصادرها الأصلية، ستساعد بآذن الله على التقليل من الاستخدام الخاطيء لهذه الأجهزة من مخاطر جمة قد تفضي إلى كوارث لا قدر الله.

**ونؤكد ترحيبنا بأي ملاحظات أو إضافات أو مقترحات للطبعات القادمة.**

**عبدالعزیز الخضيری**

## تعليمات هامه

- الاهتمام بالنظافة الشخصية في الجسم والملبس دائماً.
- لا تغسلي ملابسك مع ملابس أفراد الأسرة.
- لا تستخدمي الأدوات الخاصة بأفراد الأسرة كالمناشف والأمشاط والصابون وغيرها.
- الالتزام باللبس الخاص للعمل المنزلي.
- عدم استخدام الهاتف الخاص بك دائماً إلا عند الضرورة.
- اسألي ربة المنزل عن الاستخدام الصحيح لبعض الأجهزة الخطرة كفرامة اللحم والفرن وغيرها.

**«دائماً اسألي ربة المنزل عن أي شيء تجهلين استخدامه»**

## المطبخ:

- غسل الأيدي بالماء والصابون قبل ملامسة الغذاء، وبعد الذهاب إلى الحمام، أو ملامسة الحيوانات الأليفة وأماكن النفايات.
- مسح الأيدي بمناشف منفصلة خاصة بالمطبخ.
- عدم استعمال أدوات الطبخ المستخدمة في تحضير اللحوم النيئة عند تحضير غيرها من الأطعمة إلا بعد غسلها بالماء والصابون.
- التعرف على كيفية استخدام المنظفات الخطرة، والمستخدمة في تنظيف أرضيات المطبخ والحمامات وغيرها.



## التوصيلات والأجهزة الكهربائية:

- الحذر من استعمال أي جهاز كهربائي بجانب الماء في الحمام أو المطبخ.
- يجب فصل جميع الأجهزة عن الكهرباء عند عدم استعمالها.
- عدم ترك الأطفال يعثون بأي جهاز كهربائي.
- يجب أن تكون كل التوصيلات الكهربائية مغطاة وسليمة.



## مكواة الملابس :

- منع الأطفال من الاقتراب من المكواة.
- لا تستخدمى التوصيلة الكهربائية مع المكواة، بل من الفيش الجداري مباشرة.



## الميكروويف:

- لا تستخدمى الأواني المعدنية داخل الميكروويف وكذلك المصنوعة من الألمنيوم والتي قد تحدث انفجار بالجهاز، أو تضعي مواد سائلة داخله.



## الفرن المنزلي:

- تجنبى فتح باب الفرن أثناء تشغيله.
- إغلاق مفاتيح مواقد الغاز، وكذلك مصدر الغاز عند النوم وعند مغادرة المكان.
- لا تركي الأطفال يعيثون بمفاتيح موقد الغاز أو اللعب بأعواد الثقاب.
- عندما تشمين رائحة احتراق، ابثي عن مكان الرائحة والتعامل معها.
- إذا شممتي غازا متسرباً، افتحي النوافذ والأبواب ولا تشعلي الكورباء.



## الغاز المنزلي:

- عند استبدال اسطوانة الغاز، يجب إطفاء أي نار أو المشعلة بما في ذلك السجائر قبل الاستبدال.
- استخدمى رغوة الصابون لكشف تسرب الغاز، ويمنع نهائياً استخدام اللمب للكشف عن التسرب.



## المدافئ الكهربائية

- عدم وضع المدفأة فوق أرضية مبللة بالماء أو بالقرب من مواد قابلة للاشتعال.
- عدم وضع سلك المدفأة تحت المفروشات.
- لا تترك المدفأة أثناء النوم في غرفة مغلقة.
- لا تضعي المدفأة بجوار ستائر النافذة، ولا تستخدمها لتجفيف الملابس.
- لا تستخدم التوصيلة الكهربائية مع المدفأة، بل من الفيش الجداري مباشرة.



## الغسالة :

- لا تكديسي الأقمشة والمنظفات حول أو أسفل الغسالة.
- لا تدخل يديك داخل الغسالة وهي في حالة تشغيل.
- لا تشغيل الغسالة إذا كانت معطوبة أو مكسورة.



## الادوات الحادة:

- لا تترك تلك الأدوات الحادة أو الصغيرة في مكانها على الأرض مما تسبب في جرح الكبار.
- لا تسمحي للأطفال بالقيام بإصلاح أي آلة أو جهاز.



## الحرائق :

- عند الطبخ يجب أخذ الحذر من انسكاب الزيت على النار.
- لا تدعي الأطفال يلعبون بالكبريت أو النار أو ولاءات السجائر.
- عند حدوث الحريق حاولي أن تسيطر عليه أو الاتصال بالدفاع المدني رقم 998.



## سلامة الأطفال:

- ابعدي جميع الأجسام الصغيرة التي قد يضعها الطفل في فمه.
- لا تستعملي أكياس البلاستيك للألعاب.
- لا تتركي الطفل أو الرضيع لوحده في حوض الاستحمام.
- عند ملاحظة ارتفاع في حرارة الطفل، بادري بالاتصال بوالديه.



## المنظفات و المبيدات:

- احفظي كل المنظفات والمبيدات بمكان مناسب ومغلق.
- لا تدعي الأطفال يلعبون بالمكان بعد رشه بالمبيد أو بالمنظف مباشرة.
- لا تدعي الأطفال يلعبون بعلب المبيدات والمنظفات الفارغة.
- يجب التخلص من جميع علب المبيدات بغسلها ووضعها في صناديق للنفايات.



## الأدوية :

- ضعي الأدوية في مكان مرتفع أو بعيداً عن متناول الأطفال.
- لا تعطي الطفل أي دواء إلا بعد موافقة أحد والديه.



## ترشيد المياه المنزلية

- عند غسل الخضروات أو الأواني لا داعي لترك الصنبور مفتوحاً باستمرار، واستخدام الإناء بدلاً من ذلك.
- عند الطهي يستحسن إخراج اللحوم المجمدة من الثلاجة قبل وقت كافٍ من طبخه.



## نصائح عامة :

- احترام الدين الإسلامي والالتزام بالأنظمة المعمول بها في المملكة.
- احترام عادات المجتمع السعودي وتقاليدته وألا يمارس أي نشاط أو عمل يضر بالأسرة.
- تنفيذ أوامر صاحب العمل حسب العقد المتفق عليه.
- عدم رفض العمل أو ترك الخدمة دون سبب مشروع.
- إن كان لك حق ويرفض صاحب العمل اعطائك إياه عليك اللجوء للشرطة.
- يجب عدم الاستماع لنصائح الغير فيما يخص الهروب من منزل صاحب العمل.
- عدم التواصل مع الآخرين من غير صاحب العمل وأفراد أسرته.
- حافظي على ممتلكات صاحب العمل وأسرته.
- لا تؤذي أفراد الأسرة بمن فيهم الأطفال وكبار السن.
- عليك المحافظة على الأسرار الخاصة بصاحب العمل وأسرته وعدم إفشائها للغير.

## أرقام هامة :

• الشرطة

999



• الإسعاف الهلال الأحمر

997



• الدفاع المدني

998



## المراجع :

- المديرية العامة للدفاع المدني
- وزارة العمل والتنمية الاجتماعية



# Housekeeper Guide



## Important instructions

- Attention always to personal hygiene in the body and clothing.
- Do not wash your clothes with other family members clothes.
- Do not use the tools of family members such as towels, combs, soap and others.
- Comply with the domestic work dress.
- Do not use your phone always except when necessary.
- Ask the housewife for the correct use of certain hazardous devices like the meatmincer, the oven and other.

Always ask the housewife about anything you don't know how to use.



## The Kitchen

- Wash your hands with soap and water before handling food and after going to the bathroom and after touching pets or waste places.
- Clean hands the kitchen separate towels.
- Do not use cooking utensils used in the preparation of raw meat for preparing other foods except after washing them with soap and water.



## Wiring and Electrical Appliances

- Beware of using any electrical device near to the water in the bathroom or kitchen.
- All devices must be disconnected when not in use.
- Do not leave the kids messing with any electrical device.
- All electrical connections must be covered and safe.



## Ironing

- Prevent children from approaching the flatiron.
- Do not use electrical wiring with the iron, but directly from the wall socket.



## The Microwave

- Do not use metal utensils, as well as utensils made of aluminum, which may cause explosion of devices.



## Ovens & Cookers

- Avoid opening the oven door during operation.
- Switch off the gas stoves, as well as the source of the gas (the gas cylinder ) when going to sleep and when you leave the place.
- Do not leave the kids messing with the gas stove switches or playing with matches.
- When smelling smoke of burning look for the place of smoke and try to fight it.
- If you smell a leaking gas, open windows and doors and do not switch on electricity nor ignite fire.



## Cooking Gas

- When replacing the gas cylinder, you must extinguish any fire or flame, including cigarettes before replacement.
- Use a lather to detect gas leakage, never use flame to detect leakage.



## Electric Heaters

- Do not put the heater on a floor wet with water or near a flammable materials. Do not put the heater cord under furniture.
- Do not leave the heater operating while sleeping in a locked room.
- Do not place the heater next to the window curtains or use them for drying clothes.
- Do not use the extension cord with the heater, but take supply directly from the wall.



## The Washing Machine

- Don't overstock fabrics and detergents around or at the bottom of the washing machine.
- Do not enter your hand inside the washing machine while operating.
- Do not operate the washing machine if it is damaged or broken.



## Sharp Tools

- Do not leave sharp and small tools on the ground, they may cause injury to adults and children, and never allow children to revamp a machine or a device.



## Fire

- Don't overstock fabrics and detergents around or at the bottom of the washing machine.
- Do not enter your hand inside the washing machine while operating.
- Do not operate the washing machine if it is damaged or broken.



## Child Safety

- Keep away all small objects, which the child may put in his mouth.
- Do not use plastic bags for play- games.
- Do not leave a child or a baby alone in the bathtub.
- If the child,s body temperature rises contact his parents immediately.



## Detergents and Pesticides

- Keep all detergents and pesticides in a conveniently and closed place.
- Do not let children play at a place directly after such place was sprayed with pesticide or a detergent.
- Do not let children play with the empty cans of pesticides and detergents.
- You must get rid of all cans of pesticides, wash and place them in trash boxes.



## Medicines

- Keep medicines in a high place or away from the reach of children.



## Rational Use of Household Water

- When washing vegetables or pots no need to leave the tap running continuously, you can use water in a pot to wash.
- When cooking it is advisable to take out the frozen meat from the refrigerator a good time before cooking.

## General tips

- Respect the Islamic religion and comply with the regulations in force in the Kingdom.
- Respect the customs and the traditions of the Saudi society, and never engage in any activity or action detrimental to the family.
- Execute the orders of the employer according to the contract agreed upon.
- Do not refuse to work or leave the service without a legitimate reason.
- If your employer refused to give your rights, contact and inform the police.
- Don't listen to the advice of others who tell you to escape from the house of your employer.
- Don't communicate with other than your employer and his family members.
- Keep safe the property of your employer and his family.
- Do not hurt family members, including children and the elderly.
- Preserve the secrets of the employer and his family and don't disclose them to others.

## Important Phone Numbers

• Police

999



• Ambulance ( Red Crescent ) • Civil Defense

997



998



## References

- General Directorate of Civil Defense
- Ministry of Labor

# Pengurus rumah Panduan



## Petunjuk Umum:

- Senantiasa menjaga kebersihan badan dan pakaian.
- Tidak mencampur pakaian pribadi dengan pakaian keluarga majikan saat mencuci.
- Tidak memakai barang pribadi milik anggota keluarga majikan, seperti handuk, sisir, sabun mandi dan lain-lain.
- Senantiasa memakai seragam khusus ketika bekerja.
- Tidak menggunakan handphone (HP) kecuali dalam keadaan yang sangat mendesak.

Senantiasa bertanya kepada majikan perempuan ketika menggunakan alat-alat yang berbahaya, seperti alat elektronik seperti penggiling daging, kompor, oven, dan sebagainya.



## Petunjuk Terkait Dapur:

- Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun sebelum menyentuh makanan, setelah keluar dari kamar mandi, setelah menyentuh hewan peliharaan, atau menyentuh tempat sampah.
- Membasuh tangan dengan handuk (kain) khusus yang dipakai di dapur.
- Tidak menggunakan peralatan dapur untuk menyiapkan makanan lain setelah bersentuhan daging mentah kecuali setelah dicuci dengan air dan sabun.



## Petunjuk Terkait Sambungan Listrik dan Alat elektronik:

- Berhati-hati dalam menggunakan semua alat elektronik jika dekat dengan air, seperti di kamar mandi atau dapur.
- Wajib mematikan semua alat elektronik jika tidak memakainya.
- Tidak membiarkan anak-anak bermain dengan peralatan elektronik.
- Meninggalkan sambungan listrik dalam keadaan baik dan dalam keadaan tertutup (mati).





### Petunjuk Terkait Setrika Pakaian:

Melarang anak-anak untuk dekat dengan setrika pakaian.  
Tidak menghubungkan kabel setrika dengan sambungan listrik, namun harus dihubungkan dengan stop kontak yang ada di tembok.



### Petunjuk Terkait Mikrowave:

Tidak menggunakan mangkuk atau panci dari bahan logam dan aluminium yang mudah meledak dengan mikrowave.



### Petunjuk Terkait Kompor dan Oven:

Dianjurkan untuk tidak membuka pintu oven ketika sedang aktif.  
Menutup tombol pintu kompor gas dan tabung gas ketika hendak tidur atau hendak meninggalkan tempat.

Melarang anak-anak bermain dengan tombol kompor gas atau bermain dengan korek api.

-Ketika mencium bau sesuatu yang terbakar, maka carilah sumbernya dan berusaha untuk memadamkannya.

-Jika mencium bau gas bocor, bukalah jendela dan pintu, serta jangan menyalakan listrik.



### Petunjuk Terkait Gas:

-Ketika hendak mengganti tabung gas, hendaklah mematikan api atau sesuatu yang menyala (termasuk rokok) sebelum menggantinya.

Menggunakan busa sabun untuk mendeteksi kebocoran gas, dan tidak menggunakan api untuk mendeteksinya.



### Petunjuk Terkait Penghangat Ruangan Elektronik:

- Tidak meletakkan alat penghangat ruangan di tempat basah atau dekat dengan bahan yang mudah terbakar.
- Tidak meletakkan kabel alat penghangat ruangan di bawah karpet.
- Tidak meninggalkan alat penghangat ruangan dalam keadaan menyala di ruang tertutup ketika hendak tidur.
- Tidak meletakkan alat penghangat ruangan dekat dengan gorden jendela, dan tidak menggunakannya untuk mengeringkan pakaian.
- Tidak menghubungkan kabel penghangat ruangan dengan sambungan listrik, namun dihubungkan dengan stop kontak yang ada di tembok secara langsung.



### Petunjuk Terkait Mesin Cuci :

- Tidak menumpuk cucian dan pembersih di sekitar atau di bawah mesin cuci.
- Tidak memasukkan tangan ke dalam mesin cuci ketika dalam keadaan menyala / aktif.
- Tidak menyalakan mesin cuci jika dalam keadaan rusak atau pecah.



### Petunjuk Terkait Benda-benda Tajam:

- Tidak meninggalkan benda-benda tajam di atas lantai, karena dapat menyebabkan luka pada orang dewasa, dan tidak membolehkan anak-anak memperbaiki peralatan apapun.



### Petunjuk Terkait Benda yang Mudah Terbakar:

- Ketika memasak harus waspada dan berhati-hati untuk tidak menumpahkan minyak di atas api.
- Tidak membiarkan anak-anak bermain korek api, api atau puntung rokok.



### Petunjuk Terkait Keselamatan Anak-anak:

- Menjauhkan semua benda-benda kecil yang mungkin bisa ditelan oleh anak-anak/bayi dari jangkauannya.
- Tidak menggunakan kantong plastik untuk mainan anak-anak.
- Tidak meninggalkan anak-anak atau bayi sendirian di kamar mandi.
- Ketika mengetahui suhu badan anak-anak naik dan tinggi, hendaknya menghubungi orang tuanya atau majikan secepatnya.



### Petunjuk Terkait Zat Pembersih dan Zat Pembunuh Serangga:

- Meletakkan zat pembersih dan zat pembunuh serangga di tempat khusus dalam keadaan tertutup.
- Tidak membiarkan anak-anak bermain di tempat yang telah disemprot zat pembersih dan zat pembunuh serangga.
- Hendaknya melarang anak-anak bermain dengan kaleng bekas zat pembersih dan zat pembunuh serangga.
- Wajib membersihkan dan mencuci kaleng zat pembersih dan zat pembunuh serangga serta meletakkannya di tempat sampah.



### Petunjuk Terkait Obat-obatan:

- Meletakkan obat-obatan di tempat yang tinggi atau di tempat yang jauh dari jangkauan anak-anak.



### Petunjuk Terkait Penggunaan Air:

- Tidak mencuci sayuran dan peralatan langsung dari air di kran, namun hendaknya menampung air dengan timba dan mencucinya di sana.
- Ketika memasak daging, dianjurkan untuk mengeluarkan daging beku dari kulkas beberapa saat (secukupnya) sebelum di masak.

## Nasihat-nasihat Umum:

- Hendaknya menghormati agama Islam dan mematuhi peraturan yang berlaku di Kerajaan Saudi Arabia.
- Hendaknya menghormati adat dan kebiasaan masyarakat Kerajaan Saudi, dan tidak melakukan kegiatan dan tindakan yang membahayakan keluarga.
- Melaksanakan instruksi majikan sesuai dengan akad yang telah disepakati.
- Tidak menolak pekerjaan atau melalaikan pelayanan tanpa sebab yang syar'i (kuat).
- Jika hak Anda tidak ditunaikan oleh majikan, maka hendaknya melaporkannya ke polisi atau pihak yang berwenang.
- Tidak menuruti ajakan orang untuk kabur dari majikan.
- Tidak berkomunikasi dengan orang asing selain majikan atau anggota keluarganya.
- Hendaknya menjaga barang-barang milik majikan dan keluarganya.
- Tidak menyakiti anggota keluarga, khususnya anak-anak dan orang yang sudah tua.
- Hendaknya menjaga privasi (rahasia) majikan dan keluarganya serta tidak menyebarkannya kepada orang lain.

## Nomor penting untuk dihubungi:

- Polisi

999



- Ambulans

997



- Pemadam Kebakaran

998



## Referensi:

- Kantor Pemadam Kebakaran.
- Kementerian Tenaga Kerja.

# ගෘහ පාලන මග ජෙන්ටිමන්



## முக்கிய வழிமுறைகள்

- எப்போதும் உடல் உடைகளில் சுகாதாரத்தைக் கடைபிடிக்கவும்.
- உங்கள் துணிகளை குடும்ப உறுப்பினர்களின் துணிகளோடு துவைக்க வேண்டாம்.
- குடும்ப உறுப்பினர்கள் பயன்படுத்தும் துவாஜிசீப்புகள் மற்றும் சவர்க்காரம் போன்ற ஏனைய பொருட்களையும் பயன்படுத்த வேண்டும்
- வீட்டில் பணிபுரியும் போது அதற்கென உள்ள பிரத்தியேக ஆடைகளை அணிந்து கொள்ளவும்.
- தேவையான போது மட்டுமே உங்கள் தொலைபேசியை பயன்படுத்திக்கொள்ளவும்.
- சில அபாயகரமான சாதனங்கள் குறித்தும் இறைச்சி உலர வைக்கும் இயந்திரம் மற்றும் இதர அடுப்புக்களின் மீது சரியான பயன்பாடு குறித்தும் இல்லத்தரசியிடம் கேளுங்கள்.



## சமயலறை

- உணவுகளை பரிமாறுவதற்கு முன்பும் கழிவறைக்குச் சென்ற வளர்ப்பு, பின்னும் பிராணிகளை தொட்ட பின்னரும் கழிவுகள் உள்ள இடங்களுக்கு சென்று வந்த பின்னரும் கைகள்
- இரண்டையும் சவர்க்காரமிட்டு நன்றாக கழுவிக்கொள்ளவும் குறிப்பாக உணவுகளை சமைக்கும் போது பிரத்தியேக துண்டுகளைக் கொண்டு பாத்திரங்களைக் பிடிக்கவும்.
- இறைச்சி தயாரிக்கும் போது பயன்படுத்தப்பட்ட சமயற் கருவிகளை வேறு உணவுகளை சமைக்கும் போது நன்றாக சவர்க்காரமிட்டு கழுக வேண்டும்.



## மின்னிணைப்பு மற்றும் மின்சார உபகரணங்கள்

- குளியலறை சமயலறை போன்ற நீர் பாவனையுள்ள இடங்களுக்கு அருகாமையில் எவ்வித மின் உபகரணங்களை பயன்படுத்தும் போதும் கவனமாக இருக்கவும்
- மின் உபகரணங்களைப் பயன்படுத்தாமல் இருக்கும் போது அவற்றை மின் இணைப்பிலிருந்து அப்புறப்படுத்தி விடவும்.
- மின் உபகரணங்களை குழந்தைகள் பாவனையிலிருந்து அப்புறப்படுத்தி விடவும்.
- அனைத்து மின் உபகரணங்களையும் அதன் பாவனைக்குப் பிறகு மூடி ம்பாதுகாப்பாக வைத்திடவும்.



## அயன் பாக்ஸ்

- குழந்தைகள் அயன் பாக்ஸை நெருங்க விடாமல் தடுத்திடவும்.
- அயன் பாக்ஸை வயர்கோட் மூலம் பயன்படுத்தாமல் நேரடியாக சுவற்றில் உள்ள இணைப்புடன் சொருகி பயன்படுத்தவும்.



## மைக்ரோவேவ்

- அலுமினியம் மற்றும் உலோகப் பாத்திரங்களை உபயோகப்படுத்த வேண்டாம். அவைகள் சில சமயம் வெடித்துச் சிதறலாம்.



## அவன் அடுப்பு

- அவன் பாவனையில் இருக்கும் போது அதன் கதவை திறப்பதை தவிர்க்கவும்.
- கேஸ் அடுப்புகளின் நெருப்பை அணைத்து விடுவதோடுதூங்கும் .
- அவ்விடத்தை விட்டு நகரும் போதும் சிலின்டரின் , போதும்வாய் பகுதியையும் மூடிவிடவும்.
- குழந்தைகள் கேஸ் சிலின்டரை திறக்கச் செய்யவோன் அத .
- அருகில் தீக்குச்சிகளுடன் சென்று விளையாடவோ அவர்களை அனுமதிக்கக் கூடாது
- தீப்பற்றி எறியும் வாசனையை நுகர்ந்தால் அதன் இடத்தை அறிந்து அதை அணைத்து விட முயற்சிகள் மேற்கொள்ளவும் .
- கேஸ் கசியும் வாசனையை நுகர்ந்தால் கதவு ஜன்னல்கள் அனைத்தையும் திறந்திடவும் மின் இணைப்பை செயற்படுத்தாமல் பார்த்துக்கொள்ளவும்.



## கேஸ் சிலின்டர்

- நீங்கள் கேஸ் சிலின்டரை மாற்றும் போது உட்பட சிகரட் , அணைத்து தீபற்றும் சாதனங்களையும் அணைக்க வேண்டும் கேஸ் கசிவைக் கண்டறிய சவர்க்கார நுரையைப் பயன்படுத்தவும் அவ்வ ாறே அக்கசிவைக் கண்டறிய நெருப்பைப் பற்றவைத்துப் பரிட்சிப்பதைத் தவிர்த்திடவும்.



## எலக்ட்ரிக் ஹீட்டர்கள்

- ஈரம் பட்ட வகையில் ஹீட்டரை தரையில் வைக்கவோஅல்லது தீப்பற்றி எறியும் பொருட்களுக்கு அருகாமையில் வைப்பதையோ தவிர்த்திடவும்
- விரிப்புக்களுக்கீழ் ஹீட்டரின் வயர்களை வைக்க வேண்டாம்.
- பூட்டப்பட்ட அறையில் தூங்கும் போது ஹீட்டரை அணைத்து விட்டுத் தூங்கவும்.
- ஜன்னல் திரைகளுக்கு அருகாமையில் ஹீட்டரை வைக்க வேண்டாம்அவ்வாறே ஆடைகளை உலர வைக்கவும் அதைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்.
- வயர் கோட் மூலம் ஹீட்டரைப் பயன்படுத்தாமல் சுவரில் உள்ள மின் இணைப்பு மூலம் அதனைப் பயன்படுத்தவும்.

## வாஷிங் மெஷின்

- துணிகளையோசலவைப் பொருட்களையோ வாஷிங் , அருகாமையில் போட வேண்டாம் மெஷினுக்கு
- வாஷிங் மெஷின் தொழிற்பட்டுக் கொண்டிருக்கும் போது , அதனுள் கைகளை நுழைப்பதைத் தவிர்க்கவும்
- வாஷிங் மெஷின் செயற்படவில்லை என்றாலோஅல்லது , பழுத்தைடந்து விட்டாலோ அதைப் பயன்படுத்த வேண்டாம்

## கூர்மையான பொருட்கள்

- பெரியோர்களுக்கு காயங்களை விளைவிக்கும் எந்தக் கூர்மையான சிறிய பொருட்களையும் கீழே போட வேண்டாம் , அவ்வாறே பழுதடைந்த கருவிகளை சரி பார்க்கும் வேலையை சிறியோர்களிடமும் ஒப்படைக்க வேண்டாம்

## தீ விபத்து

- சமயலின் போது எண்ணைகள் நெருப்பில் கொட்டி விடாமல் எச்சரிக்கையாக இருக்கவும்.
- கந்தகப் பொருட்கள்சிகரட்டின் எஞ்சிய பகுதிகள் , நெருப்பு , போன்றவற்றைக் கொண்டு குழந்தைகள் விளையாடாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.





## குழந்தைகளின் பாதுகாப்பு

- குழந்தைகள் தமது வாயில் போட்டுக்கொள்ளும் படியான அனைத்து சிறிய பொருட்களையும் அப்புறப்படுத்தவும்.
- விளையாடுவதற்காக பிளாஸ்டிக் பைகளை பயன்படுத்த விட வேண்டாம்.
- குழந்தைகளை தனியாக நீர் தொட்டிகளுக்கு அருகாமையில் விட்டு விட வேண்டாம்.
- குழந்தையின் வெப்பம் அதிகரிக்கும் போது உடனடியாக அவர்களின் பெற்றோரோடு தொடர்பு கொள்ளவும்.



## பூச்சுக் கொல்லிகள்

- அனைத்து பூச்சுக்கொல்லிகளையும் அதற்குரிய இடத்தில் பத்திரமாகவும் இறுக்கமாக மூடியும் வைக்கவும்.
- பூச்சிக் கொல்லிகள் தெளிக்கப்பட்ட இடத்தில் குழந்தைகளை விளையாட அனுமதிக்க வேண்டாம்.
- பூச்சிக் கொல்லிகள் முடிவடைந்த வெறும் டப்பாக்களைக் கொண்டும் குழந்தைகள் விளையாடாமல் பார்த்துக் கொள்ளவும்.
- அனைத்துப் பூச்சிக் கொல்லி போத்தல்களையும் நன்றாகக் கழுவி குப்பைப் பெட்டியில் போட்டு விடவும்.



## மருந்துகள்

- மருந்துப் பொருட்களை உயரமான இடங்களிலோ அல்லது எட்டாத வகையிலோ வைக்கவும் குழந்தைகளின் கைகளுக்கு



## நீர்ப் பாவனை

- மரக்கறிகள் பாத்திரங்கள் போன்றவற்றைக் கழுவும் போது, குழாயைத் திறந்தே வைத்திராமல் அதற்குப் பதிலாக பெரிய பாத்திரம் ஒன்றைப் பயன்படுத்தவும்.
- சமைக்க இருக்கும் குறித்த நேரத்திற்கு முன்னதாகவே குளிர்சாதனப் பெட்டியில் வைக்கப்பட்டுள்ள இறைச்சியை வெளியில் எடுத்து வைப்பது சிறந்தது.

## பொதுவான குறிப்புகள்

- இஸ்லாமிய மார்க்கத்தை கண்ணியப்படுத்துவதோடு சவூதி அரசின் நெறிமுறைகளையும் , கடைபிடித்திட வேண்டும்
- சவூதி அரேபிய சமூக பழக்கவழக்கங்கள், மரபுகள் போன்றவற்றுக்கு மதிப்பளிப்பதோடு , குடும்பத்துக்கு தீங்கிழைக்கும் எக்காரியத்திலும் ஈடுபடுதல் கூடாது.
- ஒப்பந்தத்தின் அடிப்படையில் பணியமர்த்தியவரின் உத்தரவுகளை நிறைவேற்றிட வேண்டும்.
- நியாயமான எக்காரணமும் இல்லாமல் வேலையை ரத்து செய்வதோ, அல்லது விட்டுவிடுவதோ கூடாது.
- உங்களுக்கான உரிமைகளை உங்கள் பொறுப்புதாரி தர மறுத்தால் அதனை போலிஸில் , சென்று முறையிடவும்
- பொறுப்புதாரியின் வீட்டிலிருந்து தப்பியோடும் திட்டம் குறித்து பிறர் கூறும் ஆலோசனைகளைக் கேட்க வேண்டாம்.
- பொறுப்புதாரி தவிர்ந்து ஏனையோருடன் எவ்விதத் தொடர்புகளையும் வைத்திருக்க வேண்டாம்.
- பொறுப்புதாரி மற்றும் அவரின் குடும்பத்தவர்களது உடைமைகளைப் பேணிப் , பாதுகாத்திடவும்
- குழந்தைகள் மற்றும் முதியோர்களுக்கு எவ்விதத் தீங்குகளையும் இழைக்க வேண்டாம்.
- பொறுப்புதாரியினதும், இரகசியங்களைப் பாதுகாப்பதோடு அவரின் குடும்பத்தவர்களினதும், அவற்றை பிறருக்கு அம்பலப்படுத்தாமலும் இருக்க வேண்டும்

## சில முக்கிய எண்கள்

• போலிஸ்

999



• ஆம்புலன்ஸ்

997



• சிவில் பாதுகாப்பு

998



## மூலாதாரங்கள்

- சிவில் பாதுகாப்புப் பொது முகாமைத்துவம்
- தொழிலாளர் அமைச்சு

# Taong Bahay Gabay



## Mga Mahalagang Pagtuturo

- Ang tamang pag-iingat na hango sa sariling kalinisan at wastong pananamit.
- Huwag labahan ang inyong damit na kahalo ang mga damit ng mga miyembro ng pamilya.
- Huwag gumamit sa mga kagamitan ng mga miyembro ng pamilya gaya ng tuwalya, suklay, sabon at iba pa.
- Sumunod sa kasuotan ng isang kasambahay.
- Iwasan ang madalas na paggamit ng sariling telepono maliban lamang kung mayroon importante na tatawagan.
- Magtanong sa Ginang ng tahanan (Madam) kung papaano gamitin sa tama ang mga maseselang gamit tulad ng meat mincer, oven at iba pa.

**Palaging magtanong sa Ginang ng tahanan (Madam) sa lahat ng bagay na hindi mo alam gamitin.**



## Kitchen (Kusina)

- Hugasan ang iyong kamay ng sabon at tubig bago at pagkatapos ibigay ang pagkain, at ganon din pagkagaling sa paliguan o kubeta at pagkatapos mahawakan o mahipo ang alagang hayop o mga maruruming lugar o bagay.
- Linisin ang kamay sa pamamagitan ng tuwalya sa kusina.
- Huwag gamitin ang mga kagamitan-lutuan (Utensils) sa paghahanda sa mga hindi pa luto na karne, sa paghahanda sa ibang pagkain, maliban na lang kung ito ay hugasan muna sa pamamagitan ng sabon at tubig.



## Koryente at de Koryente na Kagamitan

- Mag-ingat sa paggamit sa anu mang de koryenteng kagamitan na malapit sa tubig o kaya, y sa palikuran o sa kusina.
- Ang lahat na kagamitan ay kinakailangan alisin sa saksakan kung hindi na ito ginagamit.
- Huwag iwanan ang mga bata sa hindi maayos na de koryenteng kagamitan.
- Lahat ng saksakan (outlet) ng koryente ay kinakailangan palaging mayroon takip at ligtas.



## Pamamalantsa

- Huwag hayaan ang mga bata na makalapit sa plancha.
- Huwag gumamit ng electrical extension (koryente) sa pamamalantsa, kundi isaksak ito ng deretso sa saksakan (outlet) sa dingding ng bahay.



## Microwave

- Huwag gumamit ng mayrong metal (Bakal) na kagamitan (Metalic Utensile) ganon din ang gamit na gawa sa Aluminum (Aluminum Foil) dahil ito ay magdudulot ng pagsabog sa gamit.



## Oven at Lutuan

- Iwasan o huwag bubuksan ang oven habang ito ay umaandar.
- Isarado o patayin ang gas stove knobs, at ganon din ang pinanggagalingan ng gaas (Tangke ) kung matutulog na o kaya,y kapag iniwan ang kusina.
- Huwag pabayaang mga bata na guluhin ang gaas stoves switches o kaya,y maglalaro ng posporo.
- Kapag naka-amoy ng usok o kaya,y nakakita ng sunog, kung saan man may usok ay sikapin patayin ang naturang sunog.
- Kung sakaling maka-amoy ng sumisingaw na gaas, ay buksan kaagad ang bintana at ang pintuan at huwag buksan ang mga koryente o kaya,y huwag magsindi ng apoy.



## Lutuang Gaas

- Kapag nagpalit ng ulo ng tangke (Gas Cylinder), kinakailangan patayin ang ano mang apoy o kaya,y ano man na nagliliyab pati na ang sigarilyo bago ito palitan.
- Gumamit ng bula o sabon sa pagtuklas kung may butas ang tangke o gas cylinder, at huwag na huwag gumamit ng ano mang nagliliyab sa pagtuklas kung may butas ang isang tangke.



## Painitan

- Huwag ilagay ang painitan (Heater) sa basang sahig o sa mga lumilyab na gamit.
- Huwag ilagay ang painitan (Electrical Heater) sa ilalim ng mga kasangkapan sa bahay.
- Huwag iwanan ang painitan umaandar sa isang kwarto nakasarado sa oras ng pagtulog.
- Huwag iwanan ang painitan (Heater) na malapit sa kortina ng bintana o kaya, y huwag gamitin ito na pampatuyo sa damit.
- Huwag gumamit ng electrical extension sa painitan (Heater) kundi isaksak ito na deretso sa saksakan (Outlet) sa dingding ng bahay.



## Makinang Panlaba

- Huwag maglagay ng sobrang labada at sabon panlaba sa paligid o kaya, y sa ibabaw ng makinang panlaba (Washing Machine).
- Huwag ipasok ang kamay sa loob ng washing machine habang ito ay tumatakbo o umaandar.
- Huwag gamitin ang makinang panlaba (Washing Machine) kung ito ay mayroon siro o kaya, y basag.



## Matutulis na Kagamitan

- Huwag mag-iwan ng ano mang matatalim na bagay at maliliit na kagamitan kung saan saan, na pwedeng magdudulot ng sugat sa mga matatanda at sa mga bata at kailangan huwag pahintulutan ang mga bata na magkumpuni ng ano ng makinarya o kagamitan. (Bathtub). Kung ang temperatura ng bata ay mataas, tawagan agad ang kanyang magulang.



## Apoy

- Ketika memasak harus waspada dan berhati-hati untuk tidak menumpahkan minyak di atas api.
- Tidak membiarkan anak-anak bermain korek api, api atau puntung rokok.



## Kaligtasan ng Bata

- Ilayo ang lahat na maliliit na bagay na maaring isubo ng bata sa kanyang bunganga.
- Huwag gumamit ng plastic na lagayan (Plastic Bag) bilang laruan ng bata.
- Huwag iwanan ang bata o ang sanggol na mag-isa sa paliguan (Bathtub).
- Kung ang temperatura ng bata ay mataas, tawagan agad ang kanyang magulang.



## Sabon Panlaba at Pampatay Insekto

- Ilagay ang lahat na sabon panlaba (Detergents) at pampatay insekto (Pesticides) sa tama at isarado ang lagayan.
- Huwag pabayaang maglaro ang mga bata agad agad sa lugar kung saan nagamitan ito nang pampatay insekto (Pesticide) o gamit panlaba (Detergents).
- Huwag pabayaang maglaro ang mga bata gamit ang mga lata ng (Pesticides) o lata ng mga (Detergent).
- Kinakailangan alisin ang kalat na basyo o lata ng (Pesticides) na wala ng laman, hugasan at ilagay ang mga ito sa basurahan.



## Gamot

- Ilagay ang lahat na gamot sa mataas na lugar o kaya, y sa lugar na hindi maabot ng mga bata.



## Makatwiran (Tamang) paggamit ng Tubig sa Bahay

- Kapag maghugas ng mga gulay o kaya, y kaldero kailangan huwag pabayaang tuloy-tuloy ang tulo ng tubig, sa halip na pwedeng gamitin ang tubig na nasa kaldero na panghugas.
- Ilabas ang pinalamig (Frozen) na karne mula sa Ref. (Refrigerator) ng matagal na bago ito lutuin.

## Mga Pahiwatig na Pangkalahatan

- Kinakailangan igitang ang Islamikong Relihiyon at sumunod sa anu mang alituntunin na pinatutupad sa kaharian ng Saudi Arabia.
- Kinakailangan igitang ang kultura at tradisyon ng sambayanan ng Saudi Arabia, at kailangan huwag sumapi o makihalok sa anu mang gawain o galaw na nakakapinsala sa pamilya Sumunod sa anu mang patakaran ng iyong pinaglilingkuran na naaayon sa pinagkasunduan na kontrata.
- Huwag tumanggi sa trabaho o kaya, y alisan ang serbisyo na walang makatwiran kadahilanan. Kung ang iyong pinaglilingkuran (Employer) ay hindi ibigay ang iyong karapatan, tumawag at ipagbigay alam sa polisya (Police).
- Huwag makinig sa payo ng iba na nagsabing tumakas kana sa bahay ng iyong pinaglilingkuran (Employer).
- Huwag makipag-usap sa mga iba maliban lamang sa iyong pinaglilingkuran (Employer) at miyembro ng kanyang pamilya.
- Gawin ang tamang pag-iingat sa mga ari-arian ng iyong pinaglilingkuran (Employer) at ang kanyang pamilya.
- Huwag saktan ang mga miyembro ng pamilya pati na rin ang mga bata at matatanda.
- Panatiliin lihimin ang mga sekreto ng pinaglilingkuran (Employer) at ang kanyang pamilya at huwag ikalat o ipagsabi ang mga ito sa iba.

## Nomor penting untuk dihubungi:

• Police

**999**



• Ambulance (Red Crescent)

**997**



• Civil Defense

**998**



## Referensi:

- General Directorate of Civil Defense
- Ministry of Labor



# हाउसकीपर मार्गदर्शक



## महत्वपूर्ण जानकारी

- सदा अपने बदन और कपड़ों को साफ सुथरा रखें।
- अपने कपड़ों को मालिक (कफ़ील) के कपड़ों के साथ न धोयें।
- कफ़ील के सेवन के लिये जो चीज़ें खास हैं उन्हें स्वयं सेवन न करें जैसे : तैलिया कंभी एवं साबुन आदि।
- घर का काम काज करते समय खास कपड़ा पहनें।
- अपना मोबाइल अधिक आदैन्यक्ता के समय ही इस्तेमाल करें।
- यदि किसी खतरनाक मैीनों जैसे गौत काटने और भूनने की मैीन के इस्तेमाल की जानकारी नहीं है तो अपने मेडम (माल्कन) से पूछ लें।

((जिस चीज़ की जानकारी न हो सदा अपनी माल्कन से पूछ लिया करें।))



## रसोई घर

- खाने पीने की चीज़ों को छूने से पहले, इसी तरह चौचालय से निकलने, पालतू जानवरों को हाथ लगाने या कचरे की जगहों को छूने के बाद अपने हाथों को साबून और पानी से ज़रूर धलु लें।
- किचन के लिये जो तैलिया खास है उस में हाथ पोछें।
- जिस बर्तन में कच्चा गौत रखवा गया हो उसे दूसरे खाने की चीज़ों के लिये इस्तेमाल न करें जब तक उसे साबुन और पानी से धुल न लिया गया हो।



## बिजली के तार और इलेक्ट्रानिक सामान

- किसी भी इलेक्ट्रानिक सामान को चौचालय अथवा किचन में पानी के निकट इस्तेमाल करने से बचें।
- बिजली के वायर को इस्तेमाल करने के बाद बिजली बोर्ड से निकाल दें।
- बच्चों को इलेक्ट्रानिक सामान के साथ खेलने से रोकें।
- वायर बक्स और इलेक्ट्रानिक सामान को ढक कर महफूज़ जगह में रखें।



### परिस (आइरन)

- बच्चों को परिस (आइरन) से दूर रखें।
- परिस करते समय वायर बोक्स इस्तेमाल न करें बल्कि दीवार में लगे स्विच बोर्ड में डायरेक्ट परिस को लगायें।



### माइक्रोवेव

- धातु या अलुमिनियम के बर्तनों को इसी तरह उन बर्तनों को इस्तेमाल न करें जिन के फटने का खतरा हो।



### घरेलू ओवन (तंदूर)

- ओवन चालू हालत में उस का पट न खोलें।
- सोते समय और किचन से निकलते समय गैस सिलेंडर और गैस चुल्हे को बंद कर दें।
- बच्चों को गैस सिलेंडर या गैस चुल्हे के निकट न छोड़ें और न उन्हें माचिस की तीलियों से खेलने दें।
- जब किसी चीज़ के जलने की बू आये तो देखें कहाँ से बू आ रही है फिर जल्द से जल्द उसे बुझायें।
- जब गैस की बदबू महसूस हो तो फौरन खिड़की और दरवाज़ों को खोल दें और न आग जलायें और न ही लाइट का बटन आन करें।



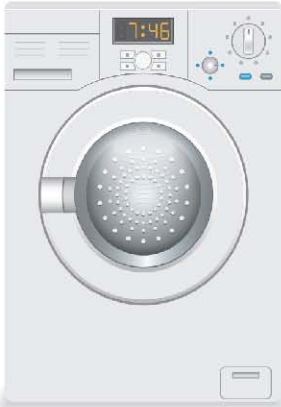
### घरेलू गैस

- घरेलू गैस बदलते समय हर प्रकार की आग जिस में जलता हुआ सिगरेट शामिल है को बुझा दें।
- गैस के लीक को पहचानने के लिये साबुन का झाग का इस्तेमाल करें, गैस की जांच के लिये आग का इस्तेमाल सख्त मना है।



## बिजली का हिटर

- हिटर को गीली जगह या आग लगने वाली जगह पर न रखें।
- हिटर का तार कारपेट के नीचे न रखें।
- बंद कमरे में सोते समय हिटर चालू न रखें।
- खिड़की के परदों के निकट हिटर न रखें और हिटर को कपड़ा सुखाने के लिये इस्तेमाल न करें।
- हिटर को वायर बोक्स में न लगायें बल्कि दीवार में लगे बिजली बोर्ड से डायरेक्ट हिटर लगा कर इस्तेमाल करें।



## वॉशिंग (कपड़ा धोने की) मशीन

- वॉशिंग मशीन के नीचे या उस के आस पास सफाई के सामान या कपड़ों को न रखें।
- वॉशिंग मशीन चालू हालत में उस के भीतर अपना हाथ न डालें।
- क्षतिग्रस्त या टूटी हुयी वॉशिंग मशीन इस्तेमाल न करें।



## तेज़धार या सख्त चीज़ें

- तेज़ धारदार या हर ऐसी छोटी चीज़ों को ज़मीन में न छोड़ें जिस से बड़े उम्र के लोगों को चोट लग सकती हो और बच्चों को किसी प्रकार की मशीनों को ठीक करने की इजाज़त न दें।



## आग

- खाना पकाते समय ध्यान दें कि तेल आग पर न गिरने पाये।
- बच्चों को माचिस आग या लाइटर से खेलन न दें।



## बच्चों की हिफाज़त

- हर प्रकार की छोटी चीज़ें जिसे बच्चे अपने मुंह में डाल लेते हैं उसे हटा दें।
- प्लास्टिक की थैलियों को खेलने के लिये इस्तेमाल न करने दें।
- छोटे और दूध पीते बच्चों को बाथटब में न छोड़ें।
- बच्चे को बुखार आने लगे तो तुरंत उस के माता पिता को इस की जानकारी दें।



## डिटर्जेंट और कीटनाशक दवायें

- हर प्रकार के डिटर्जेंट और कीटनाशक दवाओं को मुनासिब स्थान पर पैक कर के रखें।
- कीटनाशक दवाओं या सफ़ाई करने वाली चीज़ों के छिड़काव के तुरंत बाद उस जगह पर बच्चों को खेलने न दें।
- डिटर्जेंट और कीटनाशक दवायें जब खाली हो जायें तो बच्चों को उस से खेलने न दें।
- हर प्रकार के कीटनाशक दवाओं के डब्बों को धो कर कचरे के डब्बे में डाल दें।



## दवाइयाँ

- दवायें ऊँचे स्थान या ऐसी जगहों पर रखें जहाँ पर बच्चों के हाथ न पहुँच सकें।



## घरेलू पानी के उपयोग संबंधी बातें

- साग सबज़ी या बर्तन धोते समय लगातार टोटी खुला न छोड़ें बल्कि किसी बड़े बर्तन में रख कर धोयें।
- फिरिज़र गौत पकाने से लंबे समय पहले फिरिज़र से निकालना उत्तम है। दं इन्हव पजव सनजनपदण

## डहं चीपूजपह दं च्दहांसीजंद

- इस्लाम धर्म का सम्मान करें और सऊदी हुकूमत के कानून का पालन करें।
- सऊदी समाज की आदतों और उस की परंपराओं का सम्मान करें और कोई ऐसा काम न करें जिस से घर वालों को कोई हानि पहुँचे।
- कफील के संग जो एगरिमेंट हुवा है उस के अनुसार काम करें।
- किसी सही कारण के बिना काम करना बंद न करें।
- यदि कफील आप का हक मार रहा है तो पुलिस को खबर दें।
- किसी के कहने पर मालिक के घर से न भागें।
- कफील के घर वालों के अतिरिक्त किसी अन्य व्यक्ति से अधिक बात चीत न करें।
- कफील और उस के घर वालों के सामान की रक्षा करें।
- कफील के बच्चों अथवा बूढ़ों को हानि न पहुँचायें।
- कफील के घर वालों के राज़ किसी से न बतायें।

## महत्वपूर्ण नंबरात

- पुलिस

٤٤٤



- ऐंबूलेस

٤٤٧



- सिविल डिफेंस

٤٤٢



## संदर्भ

- सिविल डिफेंस के जनरल निदौालय
- लेबर मंत्रालय

# বাড়ির সরকার কৌশল



## গুরুত্বপূর্ণ নির্দেশনা :

- সবসময় নিজের শরীর ও পোশাকের পরিষ্কার- পরিচ্ছন্নতার ব্যাপারে মনোযোগী হওয়া।
- পরিবারের সদস্যদের পোশাকের সঙ্গে আপনার কাপড় ধৌত করবেন না।
- পরিবারের সদস্যদের জন্য নির্দিষ্ট বিশেষ সরঞ্জামাজি ব্যবহার করবেন না যেমন: তোয়ালী, চিরুণী, সাবান প্রভৃতি।
- গার্হস্থ্য কাজের জন্য খাস পোশাক পরিধানে মনোযোগী হওয়া।
- শুধুমাত্র যখন প্রয়োজন তখন ছাড়া সবসময় আপনার নিজের ফোনও ব্যবহার করবেন না।
- রান্নার বিপজ্জনক সরঞ্জামের সঠিক ব্যবহারের জন্য বাড়ীর গৃহিনীকে জিজ্ঞাসা করুন। যেমন: ওভেন, গোস্টের কিমা করা, ইত্যাদি বৈদ্যুতিক মেশিন।

“সর্বদায় বাড়ীর গৃহিনীকে জিজ্ঞাসা করে বাড়ীর অজানা আসবাসপত্রের সঠিক ব্যবহারবিধি জেনে নিন”



## রান্নাঘর ও রন্ধনপ্রণালী :

- কোন কিছু রান্না করার পূর্বে রান্নার সামগ্রী স্পর্শ করার আগে এবং বাথরুম ও পোশা প্রাণী স্পর্শ করার পর বা অন্যান্য বর্জ্যজায়গা থেকে ফিরে আসার পর নিজের হস্তহুম সাবান ও পানি দিয়ে ধৌত করা।
- রান্নার জন্য নির্দিষ্ট গামছা-তোয়ালী দিয়ে আপন হাত সুন্দর করে সার্ভ-মাসেহ করা।
- সাবান ও পানি দ্বারা হাত ধৌত ব্যতীত কাঁচা গোস্টের মধ্যে অন্যান্য ফুড প্রস্তুতির সময় রান্নার কোন সরঞ্জাম ব্যবহার না করা।



## ওআইবিং- তারের সংযোজন এবং বৈদ্যুতিক যন্ত্রপাতি :

- সাবধান! বাথরুম এবং রান্নাঘরের মধ্যে পানির পাশে কোনো বৈদ্যুতিক সরঞ্জাম ব্যবহার বিষয়ে সতর্ক থাকুন।
- সমস্ত বৈদ্যুতিক সরঞ্জাম ব্যবহার শেষে উহার সংযোগ বিচ্ছিন্ন করা আবশ্যিক।
- যে কোন বৈদ্যুতিক ডিভাইসের সঙ্গে শিশুদের খেলা ধূলা করা থেকে সম্পূর্ণরূপে বিরত রাখতে হবে।
- সব বৈদ্যুতিক সংযোগ সুন্দর করে ঢেকে সেক রাখা আবশ্যিক।





### কাপড়ের আয়রন:

- কাপড়ের আয়রন মেশিনের লিকটবর্তী হওয়া হতে শিশুদের প্রতিরোধ করুন।
- বৈদ্যুতিক ওয়্যারের সঙ্গে আয়রনের সংযোগ না দিয়ে বরং দেওয়ালের ছোকেটের সঙ্গে সরাসির প্লাগ লাগিয়ে ইন্ট্রি করবেন।



### মাইক্রোওভ চুল্লি :

- ধাতব পাত্র এবং অ্যালুমিনিয়াম দ্বারা তৈরীকৃত গৃহ-সরঞ্জাম ব্যবহার কবেবন না, কারণ উহাতে বিস্ফোরণ ঘটেতে পারে।



### অভেন ও কুকার :

- অভেন চালু থাকাকালীন উহার দরজা বন্ধ রাখুন।
- গ্যাসের এবং উহার চুল্লার সুইচগুলো বন্ধ রাখুন, বিশেষ করে শয়নকালে এবং কোথায় ভ্রমণে রেষ হওয়ার সময়।
- শিশুদেরকে গ্যাস এবং গ্যাসের চুল্লার সুইচ বা ম্যাচ-দেমাশলাইয়ের নিয়ম তালগাল পাকালো এবং খেলা করার জন্য ছেড়ে না দেওয়া।
- যিদি কোথাও আগুন পুড়ার গন্ধ অনুভব করেন তাহলে সাথে সাথে পুড়ার স্থানটি সনাক্ত করতে অনুসন্ধান চালান এবং উহাকে শীতল করার জন্য প্রচেষ্টা করুন।
- যিদি গ্যাস নির্গত হওয়ার গন্ধ পান তাহলে সাথে সাথে ঘেরর জানালা - দরজা খুলে রেখে বিদ্যুতের কোন কিছু চালু করবেন না।



### কুকিং গ্যাস :

- গ্যাস সিলিন্ডার প্রতিস্থাপন করতে চাইলে উহার পূর্বে অবশ্যই সিগারেট সহ যে কোন আগুন বা অগ্নিশিখা নিভিয়ে দিন।
- গ্যাস লিক হওয়ার ফুটো সনাক্ত কবেত সাবালেকনা ব্যবহার করুন।
- সাবধান! উক্ত ফুটো সনাক্ত করার সময় কোলক্রমেই অগ্নিশিখা ব্যবহার কবেবন না।



### বৈদ্যুতিক হিটার :

- পানিতে ভিজা মেঝেতে হিটার কর্ড না রাখা বা অগ্নিদাহ্য উপকরণ আসবাবপত্রের কাছাকাছিও না রাখা।
- ফার্নিচার আসবাবপত্রের নিচেও হিটার কর্ড না রাখা।
- লক রুমে ঘুমন্তাবস্থায় হিটার চালু না রাখা।
- জানালার পর্দার পাশে হিটার স্থাপন না করা, অনুরূপ কাপড় শুকানোর জন্যও উহা ব্যবহার না করা।
- তাওসীলিয়া তথা বৈদ্যুতিক ওয়ারের সঙ্গে হিটারের সংযোগ না দেয়, বরং সরাসির দেওয়ালের ছোকেটের সঙ্গে প্লাগ লাগিয়ে হিটার ব্যবহার করুন।



### ওয়াশিং মেশিন :

- ওয়াশিং মেশিনের নীচে কাপড় ও ডিটারজেন্ট ময়লা পরিষ্কারকারী দ্রব্য দীর্ঘ সময় না রাখা এবং উহার বোটন অতিরিক্ত মাত্রায় না ঘুরানো।
- অপারেটিং অবস্থায় ওয়াশিং মেশিনের ভিতরে আপনার হাত প্রবেশ করাবেন না।
- ওয়াশিং মেশিন একেজো বা ভেঙ্গে গেলে উহা চালু করবেন না।



### ধারালো যন্ত্রপাতি :

- সেই সমস্ত ধারালো যন্ত্রপাতি এবং ছোট ছোট সরঞ্জাম মাটিতে ফেলে রাখবেন না যাতে প্রাপ্তবয়স্কদের ক্ষতির কারণ হতে পারে, অনুরূপ উহা শিশুদের ব্যহারের অনুমতি না দেয় তাদের নাগালের বাহিরে রাখতে হবে।



### ফায়ার- আগুন :

- রান্নার সময় চুলার উপর রাখা পাত্রে তেল ছিটেক আগুনের সৃষ্টি যাতে না হয় সেদিকে সতর্কতা দৃষ্টি রাখা আবশ্যিক।
- শিশুদেরকে ম্যাচ- দিয়াশলাই, আগুন বা সিগারেট লাইটার সঙ্গে খেলা করতে সুযোগ না দেওয়া।



### শিশু নিরাপত্তা :

- সমস্ত ছোট বস্তু শিশুদের থেকে অনেক দূরে রাখুন যাতে উহা তার মুখে না রাখতে পারে।
- খেলনার জন্য প্লাস্টিকের ব্যাগ ব্যবহার করবেন না। শিশু বা দুগ্ধপোষ্য বাচ্চাকে গোসলখানার হাউজে একাকী ছেড়ে দিবেন না।
- আগ্নি যদি শিশুর তাপমাত্রা বৃদ্ধি লক্ষ্য করেন, তাহলে অতিসম্বর তার পিতা- মাতার সাথে যোগাযোগ করুন।



### ডিটারজেন্ট - কীটনাশক :

- সব কীটনাশক এবং ডিটারজেন্ট ময়লা পরিষ্কারকারী দ্রব্য উপযুক্ত স্থানে ঢেকে রাখুন।
- কীটনাশক বা ডিটারজেন্ট কোথাও স্প্রে করার পরক্ষণই সেখানে শিশুদের খেলতে না দেওয়া।
- শিশুদের কীটনাশক বা ডিটারজেন্ট বতল দিয়ে খেলা খেলতে না দেওয়া।
- স্থান পরিষ্কার করার পর সকল কীটনাশকের বতল ডাস্টবিনে রাখতে হবে।



### মেডিসিন :

- ঔষধপত্র শিশুদের নাগালের বাহিরে উচ্চ স্থানে রাখুন ।



### পরিবারের পানি ব্যবহারে যৌক্তিকতা :

- সবিজ বা হাড়ি-পাতিল ও খালা-বাসন ধোত করার সময় অবিরাম পানির ট্যাপ খোলা না রাখা।
- রান্না করার মথেষ্ট সময় অোগ ফ্রিজ থেকে গোস্ব বাহিরে রাখতে হবে।

## সাধারণ উপদেশাবলী :

- ইসলামী ধর্ম এবং সৌদি রাষ্ট্রের বিধি-বিধান ও নিয়ম-কানূনের প্রতি শ্রদ্ধাশীল হওয়া।
- সৌদির সমাজিক কৃষ্টি-কালচার ও ঐতিহ্যের প্রতি সম্মান রেখে চলা এবং পরিবারের জন্য ক্ষতিকর কোনো কার্যকলাপ বা কর্মকান্ডে লিপ্ত না হওয়া।
- চুক্তি অনুযায়ী গৃহকর্তার আদেশ বাস্তবায়ন করা।
- বৈধ কারণ ছাড়া কোন কাজ ছেড়ে দেওয়া বা সেবা প্রত্যাখ্যান না করা।
- চুক্তি অনুযায়ী বাড়ীর মালিক আপনরার অধিকার ও বেতন-ভাতা দিতে প্রত্যাখ্যান করলে, তাহলে অধিকার আদায়ে পুলিশের স্বরণাপন্ন হতে পারেন।
- গৃহকর্তার বাড়ী হতে পলায়ন করতে উৎসাহ দেয় অন্যদের এমন উপদেশ শুনা হতে বিরত থাকুন।
- বাড়ীর মালিক ও তার পিরবারের সদস্যদের ছাড়া অন্যদের সঙ্গে বিনা প্রয়োজনে যোগাযোগ না করা।
- বাড়ীর মালিক এবং তার পিরবারের সম্পত্তি যথাযথ সংরক্ষণ করা।
- পিরবারের সদস্যদের বৃদ্ধ ও শিশু সহ কাউকে কোন প্রকার কষ্ট না দেওয়া।
- বাড়ীর মালিক ও তার পিরবারের সদস্যদের কারোও গোপনতথ্য অন্যদের কাছে প্রকাশ না করা।

## কিতপয় উল্লেখযোগ্য গুরুত্বপূর্ণ ফোন নাম্বার :

- পুলিশ (শুরতা)

999



- অ্যাঙ্কুলেন্স (রেড ক্রিসেন্ট)

997



- সিসিভল ডিফেন্স (দেফাউল মাদানী)

998



## তথ্যসূত্র :

- সাধারণ অধিদপ্তর : সিসিভল ডিফেন্স
  - শ্রম মন্ত্রণালয়
- ভাষান্তরে : বুবহানুদ্দীন বিন ইস্কান্দার  
রিয়াদ-সৌদি আরব

# የቤት ጽዳት መሪ



### አስፋላጊና ወሳኝነትምህርቶች

- ሁልጊዜ የልብስና የአካል ንጽህና ትኩረት መስጠት
- ከቤተሰቡ አባል ልብሶችጋር ልብስሽን አትጠቢ
- ከቤተሰቡ አባል በሆኑ የግል መጠቀሚያዎች እንደፎጣሙሽጥ ገላሳሙና ሌሎችምነገሮችን አለመጠቀም
- ለቤት ሥራ የተለየ ልብስን መልበስ
- ለወሳኝ ነገርካል ሆነ በስተቀር ያንቺን የግል ስልክን ሁሌም አለመቀጠም
- አደጋ የሚያስከትሉ መጠቀሚያዎችንና የስጋ ፎርን እንደስጋ መፍጫና ሌሎችንም መጠቀሚያዎች ትክክለኛ አጠቃቀማቸውን የቤቱን ባለቤት መጠየቅ



### የምግብ ማዘጋጀት ማብሰያ ክፍል(መጥበክ)

- ምግብ ነክ ነገሮችን ከመንካትሽ በፊት ከመጸዳጃ(ከሽንት)ቤት ስትመለሽ የቤት ለማዳ እንሰላዎችን ወይም የቆሻሻ ቦታዎችን ከነኩ በኋላ በሳሙናና በውሃ አጅችን መታጠብ
- ለምግብ ማብሰያ ክፍል ብቻ በተዘጋጀ ፎጣዎች አጅንመጥረግ
- በተጠቀምነባቸው የመጥበሽያ ዕቃዎች ጥሬ ስጋዎችን ሌሎችንም ምግቦች ለማዘጋጀት በሣሙናና በውሃ መጥበሻውን ሳይታጠቡ አለመጠቀም



### የኤሌክትሪክዕቃዎችና ሶኬቶች

- በማድቤት ወይም መጸዳቶ ሽንትቤት ውስጥ ጎን አጠገብ የኤሌትሪክነክ መጠቃቀሚያዎችን ማሸኖችን ከመጠቀም መጠንቀቅ
- ኤሌክትሪክ መጠቀሚያዎችን በአጠቃላይ በማንጠቀምባቸው ጊዜ ከሶኬቱ መንቀል ግዴታነው
- ህጻናት በማንኛውም የኤሌክትሪክ መሣሪያዎች ላይ ሲጫወቱ ዝም ብሎ አለመተው
- የኤሌክትሪክ መጠቀሚያ መሣሪያዎቹ በሙሉ ሰላማዊና የተዘገ መሆናቸው ግዴታነው



### የልብስ መተኮሻ(ካውያ)

- ልጆች ወደ ካውያው ከመቅረብ መከላከል
- በቀጥታ የሚደግዱ ሶኬት ካልሆነ በቀር ካውያውን በማከፋፈያ አለመጠቀም



### ሚክሮይፍ(የምግብ ማሞቅያ)

- የምግብ ማሞቅያን በምንጠቀምበት ወቅት ፍንዳታን ሊያስከትሉ የሚችሉ እንደአሉ-መ-ኒየምና ማዕደን ያሉ ዕቃዎችን አለመገልገል



### የቤት ውስጥ የስጋ ማብሰያ ማሽን(ፍሮን)

- እየተሰራበት እያለ የፍሮንንበር አለመክፈ.
- የጋዝ (የሲሊንደር) ምድጃ መቀጣጠያውን መክፈቻዎችን መገደብ እንዲሁም በእንቅልፍ ግዜና ቦታውን በምተዊ ግዜ መገደብ
- በሚኒዱ እንጨቶችና በላይተር ቦታ ማቀጣጠያው ህጻናት ሲጫወቱ እንዳተዊ
- የተቃጠለ ሽታን በምታሸቹ ግዜ የሽታውን ቦታ ፈልገሽ በፍጥነት ማጥፋት
- የጋዝ ሽታ በሸተተሽ ግዜ መስኮቶችና በሮችን ከፈቹ ኤሌክትሪኩን እንዳታባሪ



### የቤት ውስጥ ጋዝ

- ሲሊንደሩ በሚቀየር ግዜ ማንኛውም የአሳት ወይም ነበልባል የሲጃራ እንኳን ቢሆን ከመቀየሪያው በፊት ማጥፋት ግዴታ ነው ።
- ጋስ(ሲሊንደር) እንጥብጣቤን እንዳለውና እንደሌለው መኖሩን ለማወቅ የሳ መና አረፋን መጠቀም እንጥብጣቤ መኖሩን ለማወቅ የአሳት ነበልባል ነ ከ ነገሮችን መጠቀም በጥብቅ የተከለከለ ነው



### የኤሌክትሪክ ማሞቅያ

- በውሃ የረጠበ መሬት ላይና ወይም ተቀጣጣይነት ያላቸውን ነገሮች ማሞቅያውን በቅርበት አለማድረግ
- የተነጠፉ ፍራሾች ላይ የማሞቅያውን ገመድ አለማድረግ
- በእንቅልፍ ጊዜ በተዘጋ ቤት ውስጥ ማሞቅያው እየሰራ አለመተው
- የመስኮት መጋረጃዎች አጠገብ ማሞቅያውን አለ ማስቀመጥ ልብስን ለማድረግ የሙቀት መስጫ መሣሪያውን አለመጠቀም
- የማሞቅያውን ማሽን በማክፋፈያው አለማድረግ ቀጥታ ግድግዳው ላይ ባለው ሶኬት መስካት



### የልብስ ማጠቢያ ማሽን (ገሳላ)

- ከማጠቢያው ማሽን በታች ወይም በዙሪያው የተለያዩ ልብሶችንና ማጽጃዎችን አለማጠራቀም
- ማጠቢያው እየሰራ እያጠበ በውሳኔው እጆችን አለመክተት
- የተሰበረ ወይም የተበላሸ ከሆነ ማጠቢያውን አለመጠቀም



### የሚቆርጡ መገልገያዎች (ስለታማ እቃዎች)

- ስለታማ የሆኑ መገልገያዎችን ትንንሾችንም በመሬት ላይ አትተይ ትላልቅ ሰዎች ላይ ለማቅሰል ምክንያት ይሆናሉ የሚቆርጡ ማንኛውም ስለታማ የሆኑ መጠቃቀሚያዎችን ለህጻናት እንዲያስተካክሉ እንዲነኩ አለመፍቀድ



### ተቀጣጣይ የሆኑ ነገሮች

- በምትጠብሽበትና በምታበስይበት ጊዜ ዘይት እሳቱ ላይ እንዳይፈስ ጥንቃቄ ማድረግ ግዴታ ነው
- ህጻናት ክብሪት ወይም በአሳትና በሲጃራ እሳት ሲጫወቱ አትተያቸው ከልክ ያቸው





### የህጻናት ደህንነት

- ህጻናት አፍ ውስጥ ሊገቡ የሚችሉ ትናንሽ ነገሮችን በአጠቃላይ ከህጻናት ማራቅ
- ህጻናትን ለማጫወት ፕላስቲክ ኪሶችን አትጠቀሙ
- ህጻን ወይም የሚጠባ ልጅን በመታጠብያ ገንዳ ውስጥ ብቻውን አትተይው
- በህጻናት ላይ የተከሳት ስሜት ከጨመረባቸው በፍጥነት ወይ ወላጆቹ ደውለሽ አሳውቁ



### ማጽጃና የተባይ ማጥፊያ መድኃኒት

- ማስጽጃ የተባይ መድኃኒት ማጥፊያ የሆኑ መጠቀሚያዎቹን የተዘገ አንደ ሆነና ተስማሚ ቦታዎች እንዲቀመጡ አድርጊ
- ማጽጃውንና የተባይ ማጥፊያውን ተጠቅመሽ ከጨረሽ በኋላ ህጻናት የተረጨውን ቦታ ላይ ሲጫወቱ ዝም አትበይያቸው
- የተባይ ማጥፊያው ስታ ወይም ባዶ በሆኑ ማጽጃ ዕቃዎች ህጻናት ሲጫወቱ ዝምአትበይያቸው
- የተባይ ማጥፊያውን እቃ በማጠብ መላው በመላው ማራቅና በቆሻሻ ማጠራቀሚያ መጠል ግዴታ ነው



### መድኃኒቶች

- መድኃኒቶችን ከፍ ያሉ ቦታዎች ላይ ማድረግ ወይም ህጻናት ከሚያገኙቸው ቦታዎች ማራቅ



### የቤት ውሃ አጠቃቀም መንገዶች

- አትክልቶችን (ፍራፍሮዎችን) ወይም ዕቃ በምታጥቡበት ጊዜ ቧንቧውን በቀጣይነት ከፍት አድርገሽ አትጠቀሙ በዚህ ምትክ ዕቃን በመጠቀም እጠቢ
- በምታበስይበት (በምጡብሽበት) ጊዜ በፍራጁ ውስጥ የቆየውን ስጋ ከማዘ ጋጀትሽ በፊት በረዶው እንዲለቅ በጊዜ ማውጣት ይመረጣል

## አጠቃላይምክር

- የእስልምናን ሀይማኖት ማክበር በሣውዲ ውስጥ እየተሠራበት ያለውን ስርአት መያዝ(ማክበር) ግዴታችን ነው
- የሣውዲን ማህበረሰብ ልማድና ወግ ማክበር ማንኛውም ቤተሰቡን ሊጎዱ የሚችል ስራን እንቅስቃሴ አለማድረግ
- በተስማማችበት መሠረት የአሰሪውን ትዛዝ መፈጸም
- ከተፈቀደ ምክንያት ውጭ ማገልገልን አለመተው ስራንም እንቢአለማለት
- ላንቺ ሀቅ ሙብት ኖሮሽ አሰሪሽ ሙብትሽን አልሰጥም ካለሽ ወደ ፖሊስ ጉዳዩን አድሪሽ
- ከአሰሪሽ ቤት ለማምለጥ(ለመጥፋት)የሌሎች ሰዎችን ምክር አለመስማት ግዴታችን ነው
- ከአሰሪሽ ወይም ከቤተሰቡ አባል ውጭ ከሌሎችጋር ግንኙነት አለማድረግ
- የአሰሪሽን እንዲሁም የቤተሰቡ የሆኑ ንብረቶችን ጠቢቂ
- ከቤተሰቡ አባላት ህጻናትንና በዕድሜ ታላላቅ የሆኑ ሠዎችን (አዛ) አታድርጊ (አታስቸግሪ)
- የአሰሪሽን የቤተሰቡን የግል ምስጥር መጠበቅና ለሌላ አለማሰራጨት ግዴታ አለብሽ

## አስፋላጊ የሆኑ ቁጥሮች

- ፖሊስ

**999**



- አንፑላንስ (ቀይጨረቃ)

**997**



- የእሳትአደጋ

**998**



## ምንጭ

- የእሳትአደጋ አጠቃላይ አስተዳደር
- የሰራተኛ ጉዳይ ሚኒስቴር

