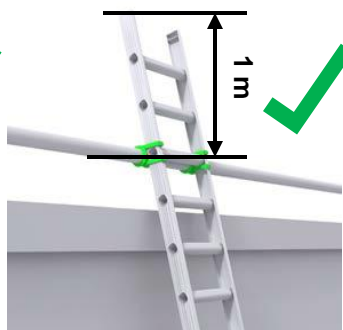


# Keselamatan Menggunakan Tangga



G.a: **1 in 4 Rule**



G.b: **1 meter lebih**



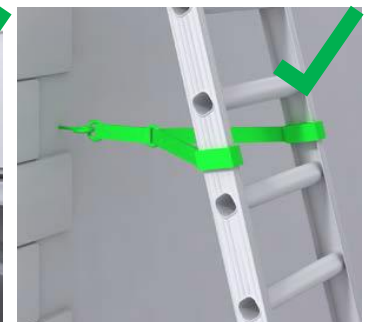
G.c: **Tangga di ikat**



G.d: **3 Points Contact**



G.e: **Tidak berada di 3 anak tangga di atas**



G.f: **Step Ladder**

## Panduan keselamatan:

- Pastikan awda kompeten menggunakan tangga.
- Periksa tangga dengan teliti sebelum menggunakan.
- Jangan gunakan tangga yang rosak.
- Dirikan tangga di atas **tapak yang rata dan tidak lembab**.
- Sandarkan tangga pada dinding dalam kedudukan **75°** atau mengikut **1 in 4 Rule** - (G.a).
- Pastikan tangga cukup tinggi dan melebihi **1 meter** dari paras dinding atau struktur – (G.b).
- Ikat tangga pada tempat yang kukuh – (G.c).
- Apabila menaiki tangga hendaklah sentiasa berada pada **3 Points Contact** – (G.d).
- Jangan sesekali berada pada **3 anak tangga di atas** – (G.e).
- Jangan mengangkat benda berat menaiki tangga.
- Gunakan **step ladder** bagi kerja ringan seperti menukar lampu pejabat atau bilik – (G.f).

Rujuk: **HSE UK – Safe Use Of Ladders and Step Ladders.** ([www.hse.gov.uk](http://www.hse.gov.uk))