



EVERSAFE ACADEMY®
Steps To Success

TAMIL



EA JOURNAL

M A Y 2 0 2 6

44TH ISSUE



SCAN THE QR CODE
TO READ OUR ALL
PREVIOUS JOURNALS



www.eversafe.edu.sg



ISLAND WIDE: LITTLE INDIA | PIONEER | JOO KOON | WAN LEE

உள்ளடக்க அட்டவணை

	pg#
01 நிர்வாக இயக்குனரிடமிருந்து செய்தி _____	04
02 எங்கள் சாதனைகள் _____	07
03 அம்சங்கள் & சிறப்பம்சங்கள் _____	08
04 தொழில் செய்திகள் & போக்குகள் _____	09
05 தொழில்நுட்பக் குறிப்புகள் _____	13
06 ஊக்கமளிக்கும் கதை _____	17
07 எங்கள் பயிற்சியாளர்கள் _____	19
08 சான்றுகள் _____	20
09 உடல்நலம் & உடற்பயிற்சி திட்டங்கள் _____	22

பார்வை

கல்வியுட்டி, திறனுட்டி, மாற்றத்தை
உருவாக்குவோம்

பணி

தரம், புதுமை மற்றும்
ஆராய்ச்சி

மதிப்புகள்

சிறப்பு, வாழ்நாள் கற்றல் மற்றும்
தொழில்நுட்ப முன்னேற்றம்

	pg#
10 சுகாதார உதவிக்குறிப்புகள் & உத்திகள்	23
11 புதிர் & விளையாட்டுகளுடன் வேடிக்கை	24
12 சமூக ஊடக இருப்பு	26
13 கார்ப்பரேட் சமூக பொறுப்பு - CSR நிகழ்வுகள்	27
14 EA பசுமை திட்டம்	28
15 சமீபத்திய EA படிப்புகள் & வரவிருக்கும் நிகழ்வுகள்	29
16 எவர்சேஃப் அகாடமியைப் பற்றி	30
17 EA ஸ்கை யோகா	31
18 எங்களுடன் சேருங்கள்	32

புதிய தகவல்களையும் விவரங்களையும் உங்களுக்குத் தொடர்ந்து தெரிவிப்போம். தயவுசெய்து தொடர்ந்து எங்களுக்கு ஆதரவளியுங்கள்.

எங்கள் அனைத்து இதழ் வெளியீடுகளையும் படிக்க QR குறியீட்டை ஸ்கேன் செய்யவும்





1. நிர்வாக இயக்குனரிடமிருந்து செய்தி மதிப்பிற்குரிய வாசகர்களே,

EA இதழின் 44வது பதிப்பிற்கு உங்களை வரவேற்பதில் பெருமகிழ்ச்சி அடைகிறேன்.



எவர்சேஃப் அகாடமியிலிருந்து வாழ்த்துக்கள்!

எவர்சேஃப் அகாடமியில், கல்வி, நல்வாழ்வு மற்றும் விழுமியங்கள் ஒன்றிணைந்து, வாழ்க்கைக்கும் பணிக்கும் தயாரான தனிநபர்களை உருவாக்கும் முழுமையான வளர்ச்சிக்கான ஒரு பகிரப்பட்ட அர்ப்பணிப்பே எங்கள் பயணத்தை வரையறுக்கிறது. உண்மையான கற்றல் என்பது வகுப்பறையைத் தாண்டி, உடல் ஆரோக்கியம், மன நலம், சாதனைகளைப் பாராட்டுதல் மற்றும் சிறப்பிற்கான தொடர்ச்சியான தேடல் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கியது என்று நாங்கள் நம்புகிறோம்.

இந்த உணர்வுடன், எங்கள் கலாச்சாரம் மற்றும் விழுமியங்களைப் பிரதிபலிக்கும் மூன்று அர்த்தமுள்ள சிறப்பம்சங்களைப் பகிர்வதில் நாங்கள் மகிழ்ச்சியடைகிறோம்: 2026 சர்வதேச யோகா தினக் கொண்டாட்டம், எங்களின் வரவிருக்கும் பட்டமளிப்பு நாள் மற்றும் ஆசிரியர் தினக் கொண்டாட்டங்கள், மற்றும் "இன்று கற்றல். நாளை வழிநடத்துதல்." என்ற எங்களின் வழிகாட்டும் செய்தி. இந்த முன்னெடுப்புகள் அனைத்தும் ஒன்றிணைந்து, ஆரோக்கியமான மனதையும் உடலையும் பேணுவதற்கும், சாதனை மற்றும் பங்களிப்பைக் கௌரவிப்பதற்கும், எதிர்காலத்திற்குத் தயாரான தொழில் வல்லுநர்களை உருவாக்குவதற்கும் நாங்கள் கொண்டுள்ள அர்ப்பணிப்பைப் பிரதிபலிக்கின்றன.

தொடர் கற்றலை மதிக்கவும், நல்ல ஆரோக்கியத்தைத் தழுவவும், வெற்றிகளைக் கொண்டாடவும், மேலும் ஒரு பாதுகாப்பான, அறிவார்ந்த மற்றும் கருணைமிக்க சமூகத்தைக் கட்டியெழுப்புவதற்குப் பங்களிக்கவும் இந்தப் பதிப்பு உங்களை ஊக்குவிக்கும் என்று நம்புகிறேன்.



WARM REGARDS,

R. MURUGESH

(MANAGING DIRECTOR)

EVERSAFE ACADEMY PTE LTD

WWW.EVERSAFE.EDU.SG

LITTLE INDIA

PIONEER

JOO KOON

WAN LEE





1. நிர்வாக இயக்குனரிடமிருந்து செய்தி

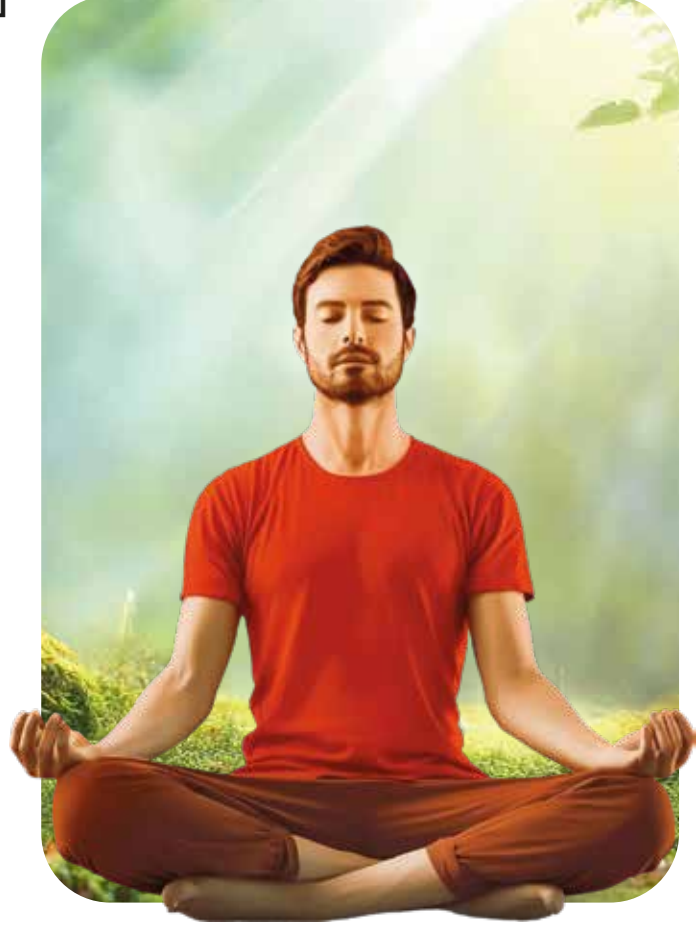
1. எவர்சேஃப் அகாடமி 2026 சர்வதேச யோகா தினத்தைக் கொண்டாடுகிறது

ஆரோக்கியம், நல்வாழ்வு மற்றும் நேர்மறையான கற்றல் சூழலை மேம்படுத்துவதற்கான எங்கள் உறுதிப்பாட்டிற்கு இணங்க, எவர்சேஃப் அகாடமி தனது அனைத்து கிளைகளிலும் 2026 ஜூன் 21 அன்று சர்வதேச யோகா தினத்தைக் கொண்டாடுவதில் பெருமை கொள்கிறது.

எங்களின் பெருநிறுவன சமூகப் பொறுப்பு (CSR) முன்னெடுப்புகளின் ஒரு பகுதியாக, எங்களின் கற்பவர்கள், பயிற்சியாளர்கள் மற்றும் ஊழியர்களுக்காக ஒரு வழிகாட்டப்பட்ட யோகா அமர்வுகள் நடத்தப்படும். இந்த அமர்வுகள் உடல் தகுதி, மனநலம், மன அழுத்த மேலாண்மை மற்றும் ஒட்டுமொத்த வேலை-வாழ்க்கை சமநிலையை ஊக்குவிப்பதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன. இதில் பங்கேற்பது முற்றிலும் தன்னார்வமானது, மேலும் இந்தச் செயல்பாடு எந்தவொரு மதத்துடனும் தொடர்பில்லாமல், ஒரு நல்வாழ்வு முன்னெடுப்பாக மட்டுமே நடத்தப்படுகிறது.

எவர்சேஃப் அகாடமியில், தனிப்பட்ட வளர்ச்சி, பணியிடப் பாதுகாப்பு மற்றும் வாழ்நாள் கற்றலுக்கான ஆரோக்கியமான மனமும் உடலும் இன்றியமையாதவை என்று நாங்கள் நம்புகிறோம். எனவேதான் இந்தக் கொண்டாட்டத்தின் மூலம், அதிக உற்பத்தித்திறன், மீள்திறன் மற்றும் நல்வாழ்வுக்குப் பங்களிக்கும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைமுறைப் பழக்கவழக்கங்களைப் பின்பற்றுவதற்கு எங்கள் கற்றல் சமூகத்தை ஊக்குவிக்க விரும்புகிறோம்.

இந்த அர்த்தமுள்ள முன்னெடுப்பிற்கு ஆதரவளித்த எங்கள் அனைத்துக் கிளைகள், பயிற்சியாளர்கள், ஊழியர்கள் மற்றும் கற்பவர்களுக்கு எங்கள் நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். நாம் அனைவரும் ஒன்றிணைந்து சர்வதேச யோகா தினத்தின் உணர்வை ஏற்றுக்கொண்டு, ஆரோக்கியமான, பாதுகாப்பான மற்றும் மேலும் உயிரோட்டமான ஒரு சமூகத்தைத் தொடர்ந்து கட்டியெழுப்புவோம்.



2. பட்டமளிப்பு விழா மற்றும் ஆசிரியர் தின கொண்டாட்டம்

சாதனை, நன்றியுணர்வு மற்றும் கற்றல் ஆர்வத்தைப் போற்றும் இரண்டு முக்கியத் தருணங்களான, வரவிருக்கும் பட்டமளிப்பு நாள் மற்றும் ஆசிரியர் தினக் கொண்டாட்டங்களை எவர்சேஃப் அகாடமி மகிழ்ச்சியுடன் அறிவிக்கிறது.

பட்டம் பெறும் மாணவர்களின் கடின உழைப்பு, அர்ப்பணிப்பு மற்றும் வெற்றியை கொண்டாடும் விதமாக, பட்டமளிப்பு விழா ஜூலை 4 ஆம் தேதி நடைபெறும். இந்த முக்கியமான மைல்கல், கற்றலின் மீதான அவர்களின் ஈடுபாட்டையும், தொழில்முறை உலகில் நம்பிக்கையுடன் அடியெடுத்து வைப்பதற்கான அவர்களின் தயார்நிலையையும் பிரதிபலிக்கிறது.

கொண்டாட்டங்களின் தொடர்ச்சியாக, நமது மாணவர்களின் எதிர்காலத்தை வடிவமைப்பதில் தங்களின் வழிகாட்டுதல், பேரார்வம் மற்றும் அர்ப்பணிப்பு ஆகியவற்றால் முக்கியப் பங்காற்றும் நமது அர்ப்பணிப்புள்ள பயிற்றுநர்கள் மற்றும் கல்வியாளர்களுக்கு மரியாதை செலுத்தும் விதமாக, ஜூலை 6 ஆம் தேதி ஆசிரியர் தினம் அனுசரிக்கப்படும்.





1. நிர்வாக இயக்குனரிடமிருந்து செய்தி

இந்தக் கொண்டாட்டங்கள், கல்வியில் சிறந்து விளங்குதல், பங்களிப்பைப் பாராட்டுதல், மற்றும் அறிவையும் வளர்ச்சியையும் தொடர்ச்சியாகத் தேடுதல் ஆகிய எவர்சேஃப் அகாடமியின் அடிப்படைக் கொள்கைகளைப் பிரதிபலிக்கின்றன. இந்த நிகழ்வுகளை மறக்க முடியாததாகவும் அர்த்தமுள்ளதாகவும் மாற்றுவதில் எங்களுடன் இணையுமாறு அனைத்து மாணவர்கள், பயிற்றுனர்கள் மற்றும் ஊழியர்களை அன்புடன் அழைக்கிறோம்.

நாம் ஒன்றிணைந்து சாதனைகளைக் கொண்டாடுவோம், அர்ப்பணிப்பைப் போற்றுவோம், மேலும் நமது கற்றல் சமூகத்தை முன்னோக்கிச் செலுத்தும் பிணைப்பை வலுப்படுத்துவோம்.



3. இன்று கற்றல். நாளை வழிநடத்துதல்.

எவர்சேஃப் அகாடமியில், கற்றலே தலைமைத்துவத்தின் அடித்தளம் என்று நாங்கள் நம்புகிறோம். இன்று நாம் பெறும் ஒவ்வொரு புதிய திறனும், ஏற்கும் ஒவ்வொரு சவாலும், கற்கும் ஒவ்வொரு பாடமும், நாளைத் தினத்தை நம்பிக்கையுடனும், திறமையுடனும், நோக்கத்துடனும் வழிநடத்த நம்மைத் தயார்படுத்துகிறது. கற்றல் என்பது வெறும் அறிவைப் பெறுவது மட்டுமல்ல — அது, எப்போதும் மாறிக்கொண்டிருக்கும் உலகில், சூழ்நிலைக்கேற்பத் தகவமைத்துக்கொள்ளவும், புதுமைகளைப் புகுத்தவும், நேர்மறையான மாற்றங்களை உருவாக்கவும் தேவையான திறனை வளர்த்துக்கொள்வதாகும்.

தொழில்நுட்ப முன்னேற்றம் மற்றும் மாறிவரும் பணியாளர் தேவைகளின் காரணமாகத் தொழில்துறைகள் தொடர்ந்து உருமாறி வரும் நிலையில், எங்கள் அர்ப்பணிப்பு அசைக்க முடியாததாக உள்ளது. தரமான கல்வியை வழங்குவதற்கும், வலுவான பணியிடப் பாதுகாப்புக் கலாச்சாரத்தை வளர்ப்பதற்கும், தனிநபர்கள் தொழில்நுட்ப வுத்தியை வெற்றிபெற்று சமூகத்திற்கு அர்த்தமுள்ள பங்களிப்பைச் செய்வதற்குத் தேவையான அறிவு, திறன்கள் மற்றும் விழுமியங்களை அவர்களுக்கு வழங்குவதற்கும் நாங்கள் அர்ப்பணிப்புடன் உள்ளோம். நாங்கள் ஒரு பயிற்சி வழங்குநராக மட்டும் இல்லாமல், ஒவ்வொரு கற்பவரின் பயணத்திலும் ஒரு பங்காளியாக இருப்பதிலும் பெருமை கொள்கிறோம். புதுமை, ஒத்துழைப்பு மற்றும் தொடர்ச்சியான மேம்பாடு ஆகியவற்றின் மூலம், எங்கள் கற்பவர்கள், பயிற்சியாளர்கள் மற்றும் ஊழியர்கள் அனைவருக்கும் தனிப்பட்ட வளர்ச்சி, தொழில்முறை மேம்பாடு மற்றும் தொழில் வெற்றிக்கு ஆதரவளிக்கும் வாய்ப்புகளை நாங்கள் உருவாக்குகிறோம்.





1. நிர்வாக இயக்குனரிடமிருந்து செய்தி



முன்னோக்கிப் பார்க்கையில்

இந்த முன்னெடுப்புகளை நாம் சிந்தித்துப் பார்க்கும்போது, கல்வி என்பது வெறும் கல்விசார் சாதனைகளுக்கு மட்டும் உட்பட்டதல்ல என்பது நமக்கு நினைவுக்கு வருகிறது. அது வளர்ச்சி, ஒழுக்கம், நன்றியுணர்வு மற்றும் உருமாற்றம் ஆகியவற்றை உள்ளடக்கிய ஒரு வாழ்நாள் பயணமாகும். சர்வதேச யோகா தினத்தின் மூலம் நல்வாழ்வை ஊக்குவிப்பது முதல், நமது பட்டதாரிகளின் சாதனைகளையும் பயிற்றுனர்களின் அர்ப்பணிப்பையும் கொண்டாடுவது வரை, ஒவ்வொரு முயற்சியும் எவர்சேஃப் அகாடமியை வரையறுக்கும் விழுமியங்களை வலுப்படுத்துகிறது.

இனிவரும் காலங்களில், நாம் செய்யும் அனைத்திலும் கற்றல், நல்வாழ்வு மற்றும் சிறந்து விளங்குவதற்கான நமது அர்ப்பணிப்பைத் தொடர்ந்து வலுப்படுத்துவோம். நாம் ஒன்றிணைந்து, தொழில் வாழ்க்கையை மட்டுமல்ல, குணாதீசியம், மீள்திறன் மற்றும் ஒரு நோக்கத்தையும் உருவாக்குகிறோம். ஒற்றுமையுடனும் உறுதியுடனும், அனைவருக்கும் பாதுகாப்பான, அறிவார்ந்த மற்றும் அர்த்தமுள்ள ஒரு எதிர்காலத்தை நாம் தொடர்ந்து வடிவமைப்போம்.

இன்று கற்றல். நாளை வழிநடத்துதல்.





எங்கள் சாதனைகள்

2008 முதல்,

மார்ச் 2026 நிலவரப்படி, நாங்கள் பெருமையுடன் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.
நாங்கள் வெற்றிகரமாகப் பயிற்சி அளித்துச் சான்றளித்துள்ளோம்.

985, 985+

மாணவர்கள்.





அம்சங்கள் மற்றும் சிறப்பம்சங்கள்

1. EA பாதுகாப்புக் குழுவின் முன்னெடுப்புகள்: EA பாதுகாப்புக் குழுவானது, EA மேலாண்மைக் குழு உறுப்பினர்களையும், மூத்த மற்றும் மிகுந்த அனுபவம் வாய்ந்த பணி, சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு (WSH) பயிற்சியாளர்கள் அடங்கிய குழுவையும் கொண்டுள்ளது.



குழு மேற்பார்வையிடுவது:



தினசரி பாதுகாப்பு கண்காணிப்பு



வழக்கமான பாதுகாப்பு
மதிப்பாய்வுகள்



நான்கு பயிற்சிப் பிரிவுகளிலும்
இணக்க உறுதிப்பாடு



மாதாந்திரக் கூட்டம் 2026 மே 25
ஆம் தேதி ஜூக்கூனில்
நடைபெற்றது.



நிர்வாக இயக்குநர் திரு. முருகேஷ் அவர்கள், மற்ற குழு உறுப்பினர்களுடன் இணைந்து இக்கூட்டத்திற்குத் தலைமை தாங்கினார். பாதுகாப்பு நிர்வாகத்தை வலுப்படுத்துவதிலும், செயல்பாட்டுப் பாதுகாப்பு செயல்திறனை மேம்படுத்துவதிலும் இக்குழு உறுதியாக உள்ளது.





அம்சங்கள் மற்றும் சிறப்பம்சங்கள்

2.



2026 ஆம் ஆண்டு மே 30 ஆம் தேதியன்று, எவர்சேஃப் அகாடமி "குழுப்பணி மற்றும் ஒத்துழைப்பு" என்ற தலைப்பில் ஒரு பாடத்திட்டத்திற்கு அப்பாற்பட்ட செயல்பாடுகள் பயிலரங்கை நடத்தியது. இந்தப் பயிலரங்கில் கலந்துகொண்ட 70 பங்கேற்பாளர்கள், திறம்பட்ட ஒத்துழைப்பின் மூலம் வலுவான குழுக்களைக் கட்டமைப்பது குறித்த அறிவைப் பெற்றனர்.

3.



இலவச ஆங்கிலப் பேச்சுப் பயிற்சி: 2026 ஆம் ஆண்டு மே மாதத்தில், எவர்சேஃப் அகாடமி நடத்திய ஆங்கிலப் பேச்சுப் பயிற்சி வகுப்பின் மூலம் 7 மாணவர்கள் நம்பிக்கையுடன் பேசவும், தெளிவாகத் தொடர்பு கொள்ளவும் கற்றுக்கொண்டனர்.

4.



ஹரி ராயா ஹாஜி மற்றும் விசாக் தினம்: எவர்சேஃப் அகாடமி, ஹரி ராயா ஹாஜி மற்றும் விசாக் தினத்தை முன்னிட்டு சிறப்பு விடுமுறைக்கால வகுப்புகளைப் பெருமையுடன் நடத்தியது, மேலும் அந்த அமர்வு பெரும் வெற்றி பெற்றது. இந்த முயற்சியால் பல மாணவர்கள் பயனடைந்ததால், இந்த அமர்வுகள் மிகவும் பயனுள்ளதாகவும் தாக்கத்தை ஏற்படுத்துவதாகவும் அமைந்தன.

5.



17 மே 2026 அன்று, எவர்சேஃப் அகாடமி, SBS சர்வதேச புலம்பெயர்ந்தோர் கிரிக்கெட் திருவிழாவில், விளையாட்டு மற்றும் பொழுதுபோக்குச் செயல்பாடுகள் மூலம் புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளர் சமூகத்திற்கு ஆதரவளிக்கவும் அவர்களுடன் ஈடுபடவும் ஒரு சமூகப் பொறுப்புணர்வுச் செயல்பாட்டை (CSR) நடத்துவதாயிற்று.

6.



2026 ஆம் ஆண்டு, 25 ஆம் தேதி, திங்கட்கிழமை அன்று, குடியிருப்பாளர்களிடையே தீ பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வு மற்றும் அவசரகாலத் தயார்நிலையை ஊக்குவிக்கும் வகையில், எவர்சேஃப் அகாடமி, ஜாலான் பாப்பன் விடுதியில் உள்ள ஏவரி லாட்ஜில் ஒரு சமூகப் பொறுப்புணர்வுத் தீ ஒத்திகை நடவடிக்கையை நடத்துவதாயிற்று.

7.



எவர்சேஃப் அகாடமி 2026 ஜூன் 21 அன்று, சர்வதேச யோகா தினத்தை முன்னிட்டு, மாணவர்களுக்காக ஒரு யோகா அமர்வை நடத்தியது. உடல் நலம், மனச் சீரமைவு மற்றும் ஆரோக்கியமான வாழ்க்கை முறையை ஊக்குவித்த இந்த அமர்வில், பல மாணவர்கள் ஆர்வத்துடன் பங்கேற்றுப் பயனடைந்தனர்.





தொழில்துறை செய்திகள் மற்றும் போக்குகள்



தொழிலாளர்களின் பாதுகாப்பு மற்றும் ஆரோக்கியத்தைப் பேணுவதற்கான நடவடிக்கைகளைத் தீவிரப்படுத்துதல் அறிமுகம் மற்றும் சூழல்

பணியிடப் பாதுகாப்பு, நிலையான தொழில்துறை வளர்ச்சியின் ஓர் முக்கிய தூணாகத் திகழ்கிறது. சிங்கப்பூரில், பணியிடப் பாதுகாப்பு மற்றும் சுகாதார மன்றம், குறிப்பாக கட்டுமானம், உற்பத்தி, போக்குவரத்து மற்றும் சேமிப்புத் துறைகளில் காயங்களின் விகிதம் வழக்கமாக அதிகரிக்கும் ஜூலை மாதத்தில், மிகுந்த விழிப்புடன் இருக்க வேண்டியதன் அவசியத்தைத் தொடர்ந்து வலியுறுத்தி வருகிறது.

வழுக்கி, தடுக்கி, விழுதல் (STF), உயரத்திலிருந்து விழுதல் (FFH), கட்டமைப்பு மற்றும் உபகரணச் செயலிழப்புகள், இயந்திர விபத்துகள் மற்றும் வாகன விபத்துகள் ஆகிய ஐந்து தொடர்ச்சியான அபாயங்களுக்கு எதிரான நடவடிக்கைகளை நிறுவனங்கள் தீவிரப்படுத்த வேண்டும் என இந்த அறிவுரை வலியுறுத்துகிறது.

தொழிலாளர்களைப் பாதுகாப்பதில் மட்டுமல்லாமல், வணிகத் தொடர்ச்சி, பொது நம்பிக்கை மற்றும் தொழிலாளர், பாதுகாப்பு மற்றும் சுகாதாரச் சட்டத்திற்கு இணங்குவதை உறுதி செய்வதிலும் அவசரம் அடங்கியுள்ளது. இந்தக் கட்டுரை அந்த ஆலோசனையை விமர்சன ரீதியாகப் பகுப்பாய்வு செய்து, அதில் உள்ள அபாயங்கள், பங்குதாரர்களின் கடமைகள், தடுப்பு உத்திகள் மற்றும் உடைப்பு ரீதியான மேம்பாடுகளை விரிவாக விளக்குகிறது.

பொதுவான பணியிட அபாயங்களின் பகுப்பாய்வு

வழுக்குதல், தடுக்கி விழுதல் மற்றும் கீழே விழுதல் (STF)

- STF சம்பவங்கள் பார்ப்பதற்கு எளிமையாகத் தோன்றினாலும், அவை காயங்களில் பெரும் பங்கு வகிக்கின்றன.

மூல காரணங்கள்:

ஈரமான மேற்பரப்புகள், முறையற்ற பராமரிப்பு, தேய்ந்த காலணிகள்.

தடுப்பு நடவடிக்கைகள்:

வழுக்காத தரைத்தளம், காலணிச் சோதனைகள் மற்றும் கண்டிப்பான தூய்மைப் பராமரிப்பு நடைமுறைகள்.

முக்கிய சிந்தனை:

STF தடுப்புக்கு கலாச்சார ஒழுக்கம் தேவைப்படுகிறது. தொழிலாளர்கள் பெரும்பாலும் சிறு கசிவுகள் அல்லது ஒழுங்கின்மைகளைக் குறைத்து மதிப்பிடுகிறார்கள், இதனால் மேற்பார்வை அமலாக்கம் அவசியமாகிறது.

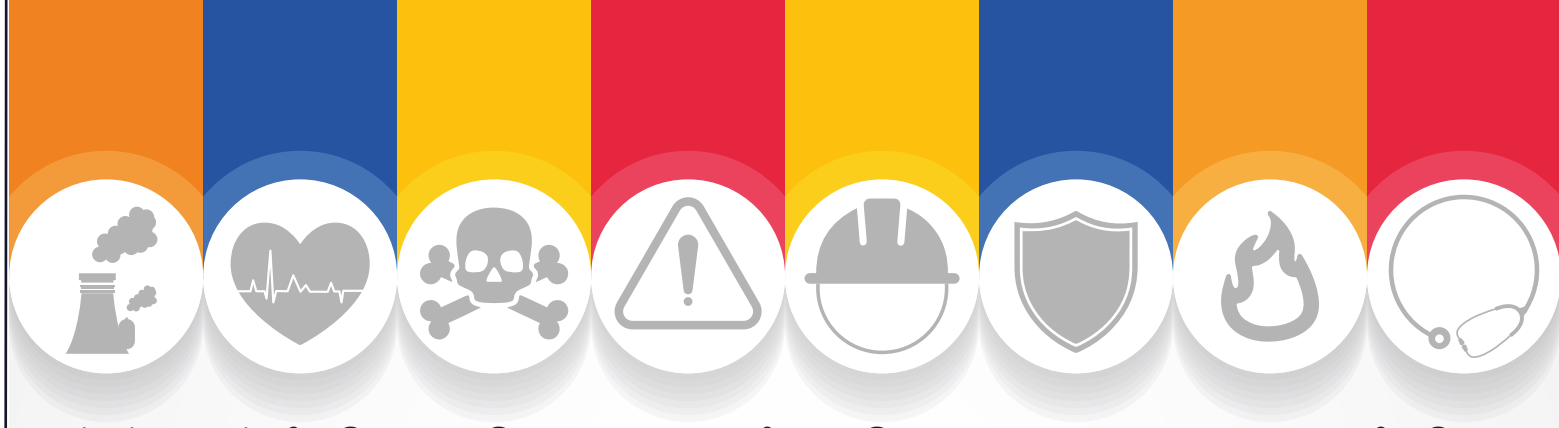
உயரத்திலிருந்து விழுதல் (FFH)

- பணியிட மரணங்களுக்குக் கீழே விழுவதே முதன்மைக் காரணமாகத் தொடர்கிறது.





தொழில்துறை செய்திகள் மற்றும் போக்குகள்



கட்டுப்பாடுகள்: வீழ்ச்சி தடுப்புத் திட்டங்கள் (FPPs), பணி அனுமதிகள், பாதுகாப்புத் தடுப்புகள் மற்றும் வீழ்ச்சி தடுப்பு அமைப்புகள்.

பயிற்சி: பணியாளர்கள் WSQ உயரங்களில் பணிபுரிதல் (WSQ Perform Work at Heights) போன்ற அங்கீகாரம் பெற்ற படிப்புகளை நிறைவு செய்ய வேண்டும்.

முக்கிய சிந்தனை: கட்டுக்கடங்காத தூக்கத்தைத் தடுப்பது என்பது வெறும் தொழில்நுட்பம் சார்ந்தது மட்டுமல்ல — அதற்கு நடத்தை ரீதியான இணக்கமும் தேவைப்படுகிறது. உபகரணங்கள் இருந்தாலும் கூட, ஒழுக்கத்தில் ஏற்படும் கட்டுக்கடங்காத தவறுகள் உயிரிழப்பை ஏற்படுத்தக்கூடும்.

வாகன விபத்துகள்

• நெரிசல் மிகுந்த பணியிடங்களில் தொழில்துறை வாகனங்கள் அபாயங்களை ஏற்படுத்துகின்றன.

கட்டுப்பாடுகள்:

போக்குவரத்து மேலாண்மைத் திட்டங்கள், ஓட்டுநர் பயிற்சி, வாகனப் பராமரிப்பு மற்றும் வாகனப் பாதுகாப்புத் தொழில்நுட்பங்கள்.

முக்கிய சிந்தனை: மோதல் எச்சரிக்கை அமைப்புகள் மற்றும் சோர்வு கண்காணிப்பு போன்ற தொழில்நுட்பங்கள், அன்றாடச் செயல்பாடுகளில் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டால் மட்டுமே மனிதனின் விழிப்புணர்வுக்குத் துணைபுரியும்.

பங்குதாரர்களின் கடமைகள் பணி, பாதுகாப்பு மற்றும் சுகாதார (WSH) சட்டத்தின் கீழ், சம்பந்தப்பட்டவர்கள் சட்ட மற்றும் தார்மீகப் பொறுப்புகளை ஏற்கின்றனர்.

வேலையளிப்பவர்களும் குடியிருப்பாளர்களும்: இடர் மதிப்பீடுகளை நடத்துங்கள், கட்டுப்பாடுகளை அமல்படுத்துங்கள், மற்றும் தொழிலாளர்களுக்குப் பயிற்சி அளியுங்கள்.

திட்ட மேலாளர்கள் மற்றும் பொறியாளர்கள்: பாதுகாப்பான வடிவமைப்பு, நிறுவுதல் மற்றும் பராமரிப்பை உறுதி செய்யுங்கள்.

இயக்குநர்கள் மற்றும் உயர் மேலாண்மை: பாதுகாப்பு கலாச்சாரத்தை வளர்ப்பதற்கும், சம்பவங்களைத் தடுப்பதற்கும் பொறுப்புடையவர்கள்.

பணியாளர்கள்: பாதுகாப்பான பணி நடைமுறைகளைக் கடைப்பிடிக்கவும், அபாயங்களைப் புகாரளிக்கவும் எதிர்பார்க்கப்படுகிறார்கள்.





தொழில்துறை செய்திகள் மற்றும் போக்குகள்



சட்டரீதியான தாக்கங்கள்

பெருநிறுவனக் குற்றவாளிகளுக்கு: \$500,000 வரை அபராதம்.

தனிநபர்கள்: \$200,000 வரை அபராதம் மற்றும்/அல்லது 2 ஆண்டுகள் வரை சிறைத்தண்டனை.

விமர்சனப் பிரதிபலிப்பு

பொறுப்புக்கூறல் என்பது நிர்வாகக் குழு அறைகளிலிருந்து களப்பணியாளர்கள் வரை பரவ வேண்டும். பாதுகாப்பைப் பிறரிடம் ஒப்படைக்க முடியாது — அதற்குத் தெளிவான தலைமைத்துவ அர்ப்பணிப்பு, வள ஒதுக்கீடு மற்றும் தொடர்ச்சியான கண்காணிப்பு தேவை.

தடுப்பு உத்திகள் மற்றும் அமைப்பு ரீதியான மேம்பாடுகள்

- பொதுவான நடவடிக்கைகள்
- இடர் மதிப்பீடுகள் மற்றும் சுய பரிசோதனை நடைமுறைகள்.
- கண்காணிப்பு சாதனங்கள் (வீடியோ கண்காணிப்பு, சென்சார்கள், தரவுப் பதிவிகள்-loggers).
- பாதுகாப்பற்ற நிலைமைகள் கண்டறியப்படும்போது உடனடி சீரமைப்பு நடவடிக்கை எடுக்க வேண்டும்.

நடைமுறை விதிகள் மற்றும் வளங்கள்

தொழில்முறைப் பணி, சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு (WSH) பயிற்சியாளர்கள் தேசிய தரநிலைகளுடன் தங்களை இணைத்துக் கொள்ள வேண்டும்:

- WSH இடர் மேலாண்மை
- உயர்மான இடங்களில் பாதுகாப்பாக வேலை செய்தல்
- பணியிடத் தூய்மைப் பராமரிப்பு
- SS 679: 2021 – கட்டுமானப் பணித்தளங்களுக்கான பணி, சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு (WSH) மேலாண்மை அமைப்பு

சிந்தனை மற்றும் எதிர்கால திசைகள்

பாதுகாப்பு என்பது ஒரு விருப்பத் தேர்வு அல்ல, அது ஒரு சட்ட மற்றும் அறநெறிக் கடமை என்பதை இந்த அறிவுரை வலியுறுத்துகிறது. தடுப்பு உத்திகள், விதிமுறைகளுக்குக் கட்டுப்படுவதையும் தாண்டி, அது ஒரு செயலாக்கமான கலாச்சாரத்தைக் கட்டமைப்பதாகப் பரிணமிக்க வேண்டும்.





INDUSTRY NEWS & TRENDS

தலைமைத்துவ அர்ப்பணிப்பு: இயக்குநர்கள் பாதுகாப்பை ஒரு முக்கிய வணிக மதிப்பாக முன்னிறுத்த வேண்டும்.

பணியாளர் ஈடுபாடு: கருவிப்பெட்டிக் கூட்டங்களும் இடர் தகவல்தொடர்பும் பொறுப்புணர்வை வளர்க்கின்றன.

தொழில்நுட்ப ஒருங்கிணைப்பு: சென்சார்கள், சோர்வு கண்காணிப்பு மற்றும் வேகக் கட்டுப்படுத்திகள் ஆகியவை மனித கண்காணிப்புக்குத் துணைபுரிகின்றன.

தொடர் கற்றல்: சம்பவ மீளாய்வுகள், பயிற்சி மற்றும் அமைப்பு மறுவடிவமைப்பிற்கு உதவ வேண்டும்

முடிவுரை

பணியிடப் பாதுகாப்பிற்கு விழிப்புணர்வு, ஒழுக்கம் மற்றும் புதுமை தேவை என்பதை WSH கவுன்சிலின் அறிவுரை சரியான நேரத்தில் நினைவூட்டுகிறது. வலுவான அமைப்புகள், சம்பந்தப்பட்டவர்களின் பொறுப்புக்கூறல் மற்றும் கலாச்சார மாற்றம் ஆகியவற்றின் மூலம் STF, FFH, இயந்திர மற்றும் வாகன விபத்துகளைத் தடுக்க முடியும். தலைமைத்துவத்தின் அர்ப்பணிப்பு மற்றும் தொழில்நுட்ப ஆதரவால் வலுப்படுத்தப்பட்ட பாதுகாப்பை அன்றாட வழக்கங்களில் ஒருங்கிணைப்பது, ஒரு மீள்திறன் கொண்ட பணியிடப் பாதுகாப்புக் கலாச்சாரத்தை அடைவதற்கு இன்றியமையாதது.

வளங்கள் மற்றும் குறிப்புத் தரநிலைகள்

பணியிடப் பாதுகாப்பு மற்றும் சுகாதார மன்றம். WSH அறிவுரை: சிங்கப்பூர் தொழிலாளர்களின் பாதுகாப்பு மற்றும் ஆரோக்கியத்தைப் பேணுவதற்கான நடவடிக்கைகளைத் தீவிரப்படுத்துங்கள்.



திரு. தனிகாச்சலம் ரமேஷ்குமார்

தலைவர் - கல்வித்துறை
எவர்சேஃப் அகாடமி பிரைவேட் லிமிடெட்.





டெக் பைட்ஸ்

சிபிஆர்- CPR மற்றும் முதலுதவியில் செயற்கை நுண்ணறிவு: சமீபத்திய கண்டுபிடிப்புகள், பாதுகாப்பு பயன்பாடுகள் மற்றும் எதிர்கால திசைகள்

சுருக்கம்

செயற்கை நுண்ணறிவு (AI) அவசரகால மீட்புப் பணிகள், இதய நுரையீரல் புத்துயிருட்டல் (CPR) மற்றும் முதலுதவி உள்ளிட்ட சுகாதாரப் பராமரிப்புத் துறையை வேகமாக மாற்றியமைத்து வருகிறது. சமீபத்திய முன்னேற்றங்கள், செயற்கை நுண்ணறிவால் அவசரகாலங்களில் நிகழ்நேர வழிகாட்டுதலை வழங்கவும், CPR பயிற்சி முடிவுகளை மேம்படுத்தவும், முடிவெடுக்கும் திறனை அதிகரிக்கவும், மற்றும் முதலுதவிப் பணி புரிபவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும் முடியும் என்பதை நிரூபிக்கின்றன. இந்த ஆய்விதழ்க் கட்டுரை, செயற்கை நுண்ணறிவு உதவியுடன் கூடிய CPR மற்றும் முதலுதவித் தொழில்நுட்பங்களில் ஏற்பட்டுள்ள சமீபத்திய முன்னேற்றங்களை ஆராய்ந்து, சமீபத்திய ஆராய்ச்சிக் கண்டுபிடிப்புகளை முன்னிலைப்படுத்தி, பாதுகாப்பு தொடர்பான தாக்கங்களைப் பற்றி விவாதித்து, எதிர்கால வாய்ப்புகளையும் சவால்களையும் ஆய்வு செய்கிறது. செயற்கை நுண்ணறிவை மெய்நிகர் யதார்த்தம் (VR), விரிவாக்கப்பட்ட யதார்த்தம் (XR-Extended Reality), திறன்மிகு உணர்விகள் மற்றும் அவசரகாலத் தொடர்பு அமைப்புகளுடன் ஒருங்கிணைப்பது, மருத்துவ அவசரகாலங்களில் உயிர் பிழைக்கும் விகிதங்களை மேம்படுத்தவும், பொதுமக்களின் தயார்நிலையை வலுப்படுத்தவும் ஆற்றல் வாய்ந்தது.



அறிமுகம்

உலகம் முழுவதும் திடீர் மரணங்களுக்கான முக்கிய காரணங்களில் ஒன்றாக மாரடைப்பு நீடிக்கிறது. உடனடி சிபிஆர் மற்றும் முதலுதவி தலையீடு உயிர் பிழைப்பதற்கான வாய்ப்புகளை கணிசமாக மேம்படுத்துகின்றன. இருப்பினும், அருகில் இருப்பவர்களில் பலருக்கு சிபிஆரை திறம்படச் செய்வதற்குத் தேவையான நம்பிக்கையோ அல்லது பயிற்சியோ இல்லை. செயற்கை நுண்ணறிவில் ஏற்பட்டுள்ள சமீபத்திய முன்னேற்றங்கள், நிகழ்நேரப் பயிற்சி, தானியங்கு செயல்திறன் மதிப்பீடு மற்றும் தனிப்பயனாக்கப்பட்ட பயிற்சி அனுபவங்களை வழங்குவதன் மூலம் இந்தச் சவாலை எதிர்கொள்ள புதிய சாத்தியக்கூறுகளை அளிக்கின்றன. (டவ்- Dove மெடிக்கல் பிரஸ்)

செயற்கை நுண்ணறிவுத் தொழில்நுட்பங்கள், அவசரகால மீட்பு அமைப்புகள், பயிற்சித் தளங்கள், அணியக்கூடிய சாதனங்கள் மற்றும் தானியங்கி வெளிப்புற இதயத் துடிப்பு சீராக்கி (AED) சூழலமைப்புகளில் அதிகளவில் ஒருங்கிணைக்கப்பட்டு வருகின்றன. இந்தப் புத்தாக்கங்கள், மீட்பு நேரத்தைக் குறைக்கவும், சிபிஆர் (CPR) தரத்தை மேம்படுத்தவும், முதலுதவி நடவடிக்கைகளின் செயல்திறனை அதிகரிக்கவும் நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன. (டவ்- Dove மெடிக்கல் பிரஸ்)





டெக் பைட்ஸ்

சிபிஆர் மற்றும் முதலுதவியில் சமீபத்திய செயற்கை நுண்ணறிவு கண்டுபிடிப்புகள்

1. செயற்கை நுண்ணறிவு மூலம் இயங்கும் சிபிஆர் பயிற்சி அமைப்புகள்

2026-ஆம் ஆண்டின் மிக முக்கியமான முன்னேற்றங்களில் ஒன்று, கலிபோர்னியா பல்கலைக்கழகம்-UC சான் டியாகோ, ஜான்ஸ் ஹாப்கின்ஸ் பல்கலைக்கழகம் மற்றும் பிற நிறுவனங்களைச் சேர்ந்த ஆராய்ச்சியாளர்களின் ஒத்துழைப்புடன் உருவாக்கப்பட்ட, செயற்கை நுண்ணறிவால் இயங்கும் சிபிஆர் பயிற்சி அமைப்பான ChatCPR-இன் உருவாக்கம் ஆகும்.

2026-ல் வெளியிடப்பட்ட ஒரு ஆய்வு, உருவகப்படுத்தப்பட்ட மற்றும் உண்மையான அழைப்பு CPR வழிகாட்டல் சூழ்நிலைகளில், ChatCPR மனித 911 கட்டுப்பாட்டு அறையினரை விட சிறப்பாகச் செயல்பட்டதைக் காட்டியது. இந்த அமைப்பு, வழிகாட்டுதலின் அடிப்படையிலான CPR அறிவுறுத்தல்களுடன் ஏறக்குறைய முழுமையான இணக்கத்தை அடைந்ததுடன், மார்பு அழுத்தத்தின் விகிதம், ஆழம் மற்றும் நோயாளி மதிப்பீடு குறித்து மிகவும் சீரான பயிற்சியையும் வழங்கியது. இதுபோன்ற அமைப்புகள் அவசரகால கட்டுப்பாட்டு அறையினருக்கு ஆதரவளிப்பதற்காகவே உருவாக்கப்பட்டவை, அவர்களை மாற்றுவதற்காக அல்ல என்று ஆய்வாளர்கள் வலியுறுத்தினர். (UC சான் டியாகோ-San Diego Today)

முக்கிய நன்மைகள்

- பயிற்சியற்ற பார்வையாளர்களுக்கான உடனடி சிபிஆர் வழிகாட்டுதல்
- சிபிஆர் வழிகாட்டுதல் இணக்க தொடர்பு
- அவசர காலங்களில் தயக்கம் குறைதல்
- அவசர அழைப்பு மையங்களுடன் ஒருங்கிணைப்பதற்கான சாத்தியம்

2. செயற்கை நுண்ணறிவு மேம்படுத்தப்பட்ட சிபிஆர் பயிற்சி

நவீன சிபிஆர் பயிற்சியானது, பாரம்பரிய வகுப்பறைப் போதனையிலிருந்து அறிவார்ந்த கற்றல் சூழல்களை நோக்கிப் பரிணமித்து வருகிறது.

ஆராய்ச்சியாளர்கள் சமீபத்தில், பின்வருவனவற்றை ஒருங்கிணைக்கும் AI ஒருங்கிணைந்த XR (விரிவாக்கப்பட்ட யதார்த்தம்) CPR பயிற்சி அமைப்புகளை உருவாக்கியுள்ளனர்:

- இயக்கத்தைக் கண்காணித்தல்
- சென்சார் பொருத்தப்பட்ட மனித உருவ பொம்மைகள்
- பேச்சு அறிதல்
- பெரிய மொழி மாதிரிகள் (LLMs)



இந்த அமைப்புகள் மார்பு அழுத்தத்தின் தரம், உடல் தோரணை, காற்றோட்ட நுட்பங்கள் மற்றும் அவசரகாலத் தொடர்பு நடைமுறைகள் ஆகியவற்றை மதிப்பீடு செய்கின்றன. உடனடிப் பின்னூட்டத்தை வழங்கும் அதே வேளையில், இந்தத் தொழில்நுட்பம் வாய்மொழி அவசரகால நெறிமுறைகளை மிகத் துல்லியமாக மதிப்பிட்டு, மேம்பாட்டிற்கான தனிப்பயனாக்கப்பட்ட பரிந்துரைகளையும் வழங்குகிறது. (MDPI- Multidisciplinary Digital Publishing Institute- பல்துறை டிஜிட்டல் பதிப்பக நிறுவனம்)





டெக் பைட்ஸ்

நன்மைகள்:

தனிப்பயனாக்கப்பட்ட கற்றல் அனுபவங்கள்
தவறுகளை நிகழ்நேரத்தில் திருத்துதல்
புறநிலை செயல்திறன் மதிப்பீடு
தொலைதூரக் கற்பவர்களுக்கு மேம்பட்ட அணுகல்

3. ஸ்மார்ட் சிபிஆர் மேனிகின்கள் - Manikins மற்றும் நிகழ்நேர பின்னூட்டம்

செயற்கை நுண்ணறிவு மூலம் இயங்கும் சென்சார்கள் பொருத்தப்பட்ட பயிற்சி பொம்மைகள் - manikins, நவீன சிபிஆர் கல்வியில் ஒரு பொதுவான கருவியாக மாறி வருகின்றன. இந்த சாதனங்கள் கண்காணிப்பவை:

- சுருக்க அழுத்த-compression ஆழம்
- சுருக்க அழுத்த விகிதம்
- கை வைக்கும் இடம்
- மார்பு மீள்விசையின் தரம்

உடனடிப் பின்னூட்டம், பயிற்சியாளர்கள் பிழைகளை உடனடியாகத் திருத்தவும், நிஜ வாழ்க்கை அவசரநிலைகளுக்கான மனப்பயிற்சியை வளர்த்துக் கொள்ளவும் உதவுகிறது. நவீன பயிற்சி மையங்கள், சான்றிதழ் முடிவுகளை மேம்படுத்துவதற்காக, திறன்மிகு smart manikins - மனித உருவ மாதிரிகளைச் செயற்கை நுண்ணறிவுப் பகுப்பாய்வுடன் அதிகளவில் இணைக்கின்றன.



4. செயற்கை நுண்ணறிவு உதவியுடன் AED (தானியங்கி வெளிப்புற இதயத் துடிப்பு சீராக்கி (AED)) நிறுவல்

AED-களின் அணுகலையும் நிறுவலையும் மேம்படுத்தும் செயற்கை நுண்ணறிவுத் திறன் கொண்ட அமைப்புகளை ஆராய்ச்சியாளர்கள் ஆராய்ந்து வருகின்றனர். AED-களின் இடவமைப்பை உகந்ததாக்குவதற்காக, செயற்கை நுண்ணறிவு வழிமுறைகள் புவியியல் தரவுகள், அவசர அழைப்புத் தகவல்கள் மற்றும் கடந்தகால சம்பவங்களின் போக்குகளைப் பகுப்பாய்வு செய்ய முடியும்.

பாரம்பரிய அவசர சேவைகளை விட வேகமாக, தொலைதூர இடங்களுக்கு AED-களைக் கொண்டு செல்லக்கூடிய, செயற்கை நுண்ணறிவு வழிகாட்டும் ட்ரோன் விநியோக அமைப்புகள் குறித்தும் ஆய்வுகள் மேற்கொள்ளப்பட்டுள்ளன. இத்தகைய தொழில்நுட்பங்கள், மருத்துவமனைக்கு வெளியே ஏற்படும் மாரடைப்புகளின் போது, பதிலளிக்கும் நேரத்தை கணிசமாகக் குறைக்கக்கூடும்.





டெக் பைட்ஸ்

முதலுதவியில் செயற்கை நுண்ணறிவு பயன்பாடுகள்

சிபிஆர்-ஐத் தாண்டி, செயற்கை நுண்ணறிவுத் தொழில்நுட்பங்கள் முதலுதவி நடவடிக்கைகளுக்கு அதிகளவில் ஆதரவளித்து வருகின்றன



செயற்கை நுண்ணறிவு அடிப்படையிலான அறிகுறி மதிப்பீடு

நவீன செயற்கை நுண்ணறிவு அமைப்புகளால் செய்ய முடியும்:

- காயங்களின் விவரங்களைப் பகுப்பாய்வு செய்யவும்
- பொருத்தமான முதலுதவி நடவடிக்கைகளைப் பரிந்துரைக்கவும்
- அவசரகால பதில் நடவடிக்கைகளுக்கு முன்னுரிமை அளிக்கவும்
- படிப்படியான வழிகாட்டுதலை வழங்கவும்

தொழில்முறை மருத்துவ உதவி வருவதற்கு முன்பாக, தனிநபர்கள் திறம்பட செயல்படுவதற்கு இதுபோன்ற அமைப்புகள் உதவக்கூடும்.



குரல் அடிப்படையிலான அவசர உதவி

நெருக்கடியான சூழ்நிலைகளின் போது இந்தக் கருவிகள் உயிர்காக்கும் தகவல்களை உடனடியாக அணுக உதவுகின்றன.

AI குரல் உதவிகள் மற்றும் உரையாடல் அமைப்புகள் பின்வருவனவற்றுக்கு வாய்மொழி வழிமுறைகளை வழங்க முடியும்:

- சிபிஆர்
- இரத்தப்போக்கு கட்டுப்பாடு
- மூச்சுத்திணறல் அவசரநிலைகள்
- அடிப்படை காய சிகிச்சை





டெக் பைட்ஸ்

செயற்கை நுண்ணறிவு மற்றும் பாதுகாப்பு பரிசீலனைகள் செயற்கை நுண்ணறிவு குறிப்பிடத்தக்க நன்மைகளை வழங்கினாலும், பாதுகாப்பு ஒரு முக்கிய கவலையாகவே உள்ளது.

சாத்தியமான நன்மைகள்

- விரைவான அவசரகால பதில் நடவடிக்கை
- தரப்படுத்தப்பட்ட வழிமுறைகள்
- மேம்படுத்தப்பட்ட சிபிஆர் தரம்
- அதிகரித்த பொது நம்பிக்கை
- சிறந்த பயிற்சி அணுகல்தன்மை

சாத்தியமான அபாயங்கள்

- கணினிப் பிழைகள் காரணமாக தவறான பரிந்துரைகள்
- இணைய இணைப்பைச் சார்ந்திருத்தல்
- சட்ட மற்றும் ஒழுங்குமுறை சவால்கள்
- மருத்துவ ரீதியான சரிபார்ப்பு தேவை
- செயற்கை நுண்ணறிவு அறிவுறுத்தல்களைப் பயனர் தவறாகப் புரிந்துகொள்ளுதல்

சுகாதாரப் பணியாளர்கள் அல்லது அவசரகால அழைப்பு அனுப்புவவர்களுக்கு மாற்றாக அல்லாமல், செயற்கை நுண்ணறிவு ஒரு துணைக்கருவியாகச் செயல்பட வேண்டும் என்று ஆராய்ச்சியாளர்கள் வலியுறுத்துகின்றனர். பரவலாகப் பயன்படுத்துவதற்கு முன்பு, விரிவான சோதனையும் ஒழுங்குமுறை மேற்பார்வையும் அவசியமாகும்.

வளர்ந்து வரும் AI பாதுகாப்பு தொழில்நுட்பங்களின் காட்சி உதாரணங்கள்





டெக் பைட்ஸ்

எதிர்கால திசைகள்

செயற்கை நுண்ணறிவு உதவியுடன் கூடிய சிபிஆர் மற்றும் முதலுதவியின் எதிர்காலம் பின்வருவனவற்றை உள்ளடக்கும் என எதிர்பார்க்கப்படுகிறது:

அணியக்கூடிய அவசரகால கண்காணிப்பு

ஸ்மார்ட்வாட்சுகள் மற்றும் உடல்நல கண்காணிப்பு சாதனங்கள், மாரடைப்புக்கான அறிகுறிகளைக் கண்டறிந்து, அவசரகால பதில் நடவடிக்கைகளைத் தானாகவே செயல்படுத்தக்கூடும்.

விஸ்தரிக்கப்பட்ட யதார்த்தம் - ஆக்மென்ட் ரியாலிட்டி வழிகாட்டுதல்

AR கண்ணாடிகள், CPR செய்வதற்கான காட்சி வழிமுறைகளை நேரடியாக ஒரு நோயாளியின் மீது காண்பித்து, மீட்புப் பணியாளர்கள் சரியான நுட்பத்தைப் பின்பற்ற உதவக்கூடும்.

செயற்கை நுண்ணறிவு ஆதரவுடனான அவசரகால Dispatch-அனுப்பீடு

எதிர்கால அவசரகால அழைப்பு மையங்கள், உரையாடல்களைக் கண்காணித்து, முக்கியமான தகவல்களை அடையாளம் கண்டு, அனுப்பீட்டுப் பணியாளர்களுக்கு நிகழ்நேரப் பரிந்துரைகளை வழங்கும் செயற்கை நுண்ணறிவு உதவியாளர்களை உள்ளடக்கக்கூடும்.

தனிப்பயனாக்கப்பட்ட முதலுதவி கல்வி

இயந்திரக் கற்றல் அமைப்புகள், தனிநபரின் செயல்திறன், கற்றல் பாணிகள் மற்றும் அறிவு இடைவெளிகளின் அடிப்படையில் பயிற்சி உள்ளடக்கத்தை மாற்றியமைக்கக்கூடும்.

செயற்கை நுண்ணறிவு, அறிவார்ந்த பயிற்சி அமைப்புகள், தனிப்பயனாக்கப்பட்ட பயிற்சித் தளங்கள், திறன்மிகு மருத்துவ சாதனங்கள் மற்றும் மேம்பட்ட அவசரகால மீட்புத் தொழில்நுட்பங்கள் ஆகியவற்றின் மூலம் சிபிஆர் மற்றும் முதலுதவி முறைகளை மறுவடிவமைத்து வருகிறது. சமீபத்திய ஆய்வுகள், செயற்கை நுண்ணறிவால் இயங்கும் கருவிகள் பயிற்சியின் செயல்திறனை மேம்படுத்தவும், வழிகாட்டுதல்களைப் பின்பற்றுவதை சீராக்கவும், உயிருக்கு ஆபத்தான அவசரகாலச் சமயங்களில் அருகில் இருப்பவர்களுக்கு ஆதரவளிக்கவும் முடியும் என்று நிரூபிக்கின்றன. இருப்பினும், பாதுகாப்பு, துல்லியம் மற்றும் முறையான ஒழுங்குமுறை மேற்பார்வையை உறுதி செய்வது இன்றியமையாததாகவே உள்ளது. செயற்கை நுண்ணறிவுத் தொழில்நுட்பங்கள் தொடர்ந்து வளர்ச்சியடைந்து வருவதால், அவசரகாலத் தயார்நிலையை மேம்படுத்துவதிலும் உலகெங்கிலும் உயிர்களைக் காப்பாற்றுவதிலும் அவை மதிப்புமிக்க பங்களிகளாக உருவெடுக்கும் வாய்ப்புள்ளது.

குறிப்புகள்

1. UC San Diego. AI-Powered CPR Coach Outperforms 911 Dispatchers in Guiding Bystander Resuscitation (2026). (UC San Diego Today)
2. Kwon, J., & Kim, W.-T. An AI-Driven Trainee Performance Evaluation in XR-Based CPR Training System for Enhancing Personalized Proficiency (2026). (MDPI)
3. Parizad, R., et al. Artificial Intelligence in CPR: Revolutionizing Resuscitation Practices (2025). (Dove Medical Press)
4. Medical Xpress. AI-Powered CPR Coach Outperforms 911 Dispatchers (2026). (Medical Xpress)
5. MedCity News. ChatCPR Might Actually Save Your Life (2026). (MedCity News)
6. Heart Starters Inc. How Advanced CPR Training Tools Are Changing Education in 2025. (heartstarters)
7. CPR Certification Now. The Role of Artificial Intelligence in CPR Training. (MyCPR NOW)





ஊக்கமளிக்கும் கதை

விவசாயி, பாலம் மற்றும் நேரம்

ஒரு சிறிய கிராமத்தில் ஒரு விவசாயி வாழ்ந்து வந்தார். ஒவ்வொரு ஆண்டும் பருவமழைக் காலத்தில், அவரது கிராமத்திற்கு அருகிலுள்ள ஆற்றில் வெள்ளப்பெருக்கு ஏற்பட்டதால், குழந்தைகள் பள்ளிக்குச் செல்வதும், நோயாளிகள் மருத்துவமனைக்குச் செல்வதும் சிரமமாக இருந்தது.

விவசாயி ஆற்றின் குறுக்கே ஒரு சிறிய பாலம் கட்ட எண்ணினார். அவர் செல்வந்தராகவோ, செல்வாக்கு மிக்கவராகவோ, அல்லது படித்தவராகவோ இருக்கவில்லை. அவர் தனது யோசனையை மக்களிடம் பகிர்ந்துகொண்டபோது, அவர்கள் அவரைக் கேலி செய்தனர்.

ஒரு சாதாரண விவசாயியால் எப்படி ஒரு பாலத்தைக் கட்ட முடியும்?

முதல் தடை பணம். அவரிடம் மிகக் குறைந்த சேமிப்பே இருந்தது.

இரண்டாவது தடை ஆதரவு. பெரும்பாலான கிராமவாசிகள் அது சாத்தியமற்றது என்று நம்பினார்கள்.

மூன்றாவது தடை அனுமதி பெறுவது. அரசாங்க ஒப்புதல்களைப் பெற நேரம் பிடித்தது.

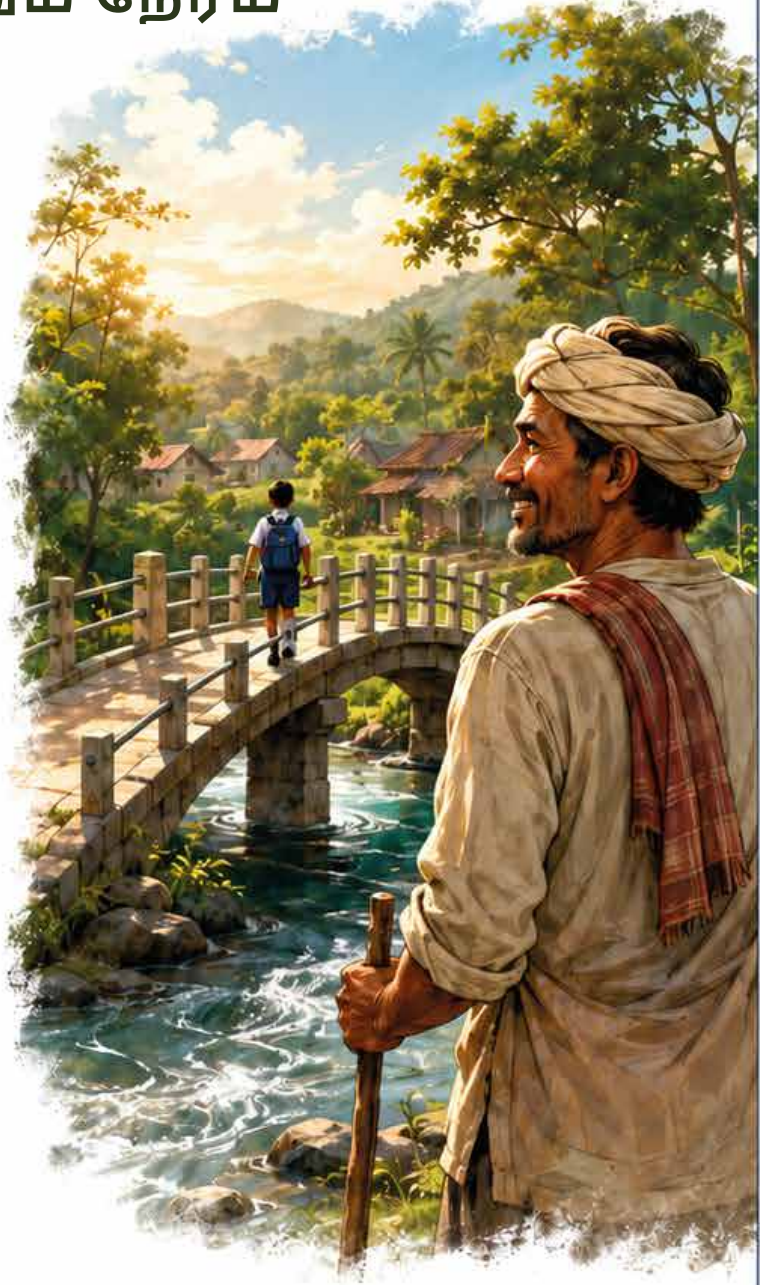
இவையெல்லாம் இருந்தபோதிலும், விவசாயியின் நோக்கம் தாய்மையானதாக இருந்தது. அவர் புகழையோ லாபத்தையோ தேடவில்லை. அவர் உண்மையாகவே தன் கிராமத்திற்கு உதவ விரும்பினார்.

முயற்சிகள் கைவிடாமல், அவர் சிறிய அளவில் தொடங்கினார். ஒவ்வொரு வாரமும், அவர் சிறிதளவு பணத்தைச் சேமித்தார். ஒவ்வொரு கிராமவாசிகளிடமும் பேசினார். உள்ளூர் அதிகாரிகளுக்குக் கடிதங்கள் எழுதினார். பலமுறை, அவர் புறக்கணிக்கப்பட்டார். கிடைத்த வாக்குறுதிகளும் ஆண்டுகளும் கடந்தன.

ஒரு நாள், ஒரு அரசு அதிகாரி கிராமத்திற்கு வருகை தந்து, விவசாயியின் முயற்சிகளைக் கவனித்தார். அவரது விடாமுயற்சியாலும், பாலம் கொண்டுவரப்போகும் நன்மையாலும் ஈர்க்கப்பட்ட அந்த அதிகாரி, அந்தத் திட்டத்தை முன்னெடுத்துச் செல்ல உதவினார். விரைவில், உள்ளூர் வணிக நிறுவனங்கள் நிதி வழங்கின. ஒரு காலத்தில் அவரைக் கேலி செய்த கிராம மக்கள், தன்னார்வத் தொண்டு செய்யத் தொடங்கினர்.

ஓராண்டுக்குள் பாலம் கட்டி முடிக்கப்பட்டது. திறப்பு விழாவில், ஒரு இளம் மாணவன் பாலத்தைக் கடந்து சென்று, "இப்போது மழை பெய்தாலும் என்னால் பள்ளிக்குச் செல்ல முடிகிறது" என்று கூறினான்.

விவசாயி புன்னகைத்தார். அவர் ஒரு முக்கியமான விஷயத்தை உணர்ந்தார்:



“இந்தப் பாலம் ஓராண்டில் கட்டப்படவில்லை. அது பல ஆண்டுகாலப் பொறுமை, நம்பிக்கை மற்றும் ஒரு நல்ல நோக்கத்தால் கட்டப்பட்டது.”

”



நீதி

உங்கள் நோக்கம் சுயநலமாக இருக்கும்போது, தடைகள் பெரும்பாலும் உங்களைத் தடுத்து நிறுத்திவிடும்.

உங்கள் நோக்கம் நல்லதாக இருக்கும்போது, தடைகள் உங்களைத் தாமதப்படுத்தலாம்—ஆனால் அவை உங்களை அரிதாகவே தோற்கடிக்கும்.

சரியான மனிதர்களையும், வாய்ப்புகளையும், சூழ்நிலைகளையும் ஒன்று சேர்ப்பதற்கு காலத்திற்கு ஒரு விந்தையான சக்தி உண்டு. இன்று சாத்தியமற்றதாகத் தோன்றுவது, ஒருவேளை சரியான தருணத்திற்காகக் காத்திருக்கலாம்.

நோக்கம் உன்னதமானதாக இருந்தால், தொடர்ந்து முன்னேறிச் செல்லுங்கள். தடைகள் உங்கள் வழியில் குறுக்கிடலாம், ஆனால் காலம் இறுதியில் எல்லாவற்றையும் சரிசெய்துவிடும்.

By – Rambu Paul Dhinakaran G
Senior Manager – Human Resources





எங்கள் ஆசிரியர்கள்

எங்கள் நிர்வாக இயக்குநர் திரு. முருகேஷ் வழங்கினார் -
மாதாந்திர பயிற்சியாளர் சிறப்புப் பாதை (TEP) வழிகாட்டி

பாராட்டுச் சான்றிதழ்
ஏப்ரல் 2026-க்கான முன்மாதிரிப் பயிற்சியாளர்

FULL TIME TRAINERS



MR. AFFANDY
WESTLAKE



MR. DEVENTHIRAN
KRISHNAN



MR. MD RAKIBUL
ISLAM

ASSOCIATE TRAINERS



MR. AMENG
DIDIT



MR. ARUMUGAM
SUBRAMANI



MR. CHEONG
CHAK WAH





சான்றுகள் (வாடிக்கையாளர்கள்)



 நிறுவனத்தின் பெயர் - சக்சஸர்- SUCCESSOR கார்ப்பரேஷன் பிரைவேட் லிமிடெட்
 நிறுவனப் பொறுப்பாளர் - Xiping-சிப்பிங் (Ms)
 பாடப் பொறுப்பாளர் - திருமதி பிரியதர்ஷினி

இந்தச் செயல்முறையின் போது எனக்குப் பெரிய உதவி தேவைப்படவில்லை என்றாலும், தகவல் பரிமாற்றம் தெளிவாகவும், ஒட்டுமொத்த ஏற்பாடு சுமுகமாக இருந்ததையும் கண்டேன்.
உங்கள் ஆதரவிற்கும் ஒருங்கிணைப்பிற்கும் நன்றி.



 நிறுவனத்தின் பெயர் - TechGems-டெக்ஜெம்ஸ் இன்ஜினியரிங் & கன்ஸ்ட்ரக்ஷன் பிரைவேட் லிமிடெட்
 நிறுவனப் பொறுப்பாளர் - Hazel Tan-ஹேசல் டான் (திருமதி)
 பாடநெறி பொறுப்பாளர் - திருமதி புளோரன்ஸ் திவியா

திருமதி ஃப்ளோரன்ஸ், கிடைக்காத வகுப்பு அட்டவணைகளுக்கு விரைவாகப் பதிலளித்து, மாற்றுத் தேதிகளை உடனடியாக வழங்கி, சிறந்த வாடிக்கையாளர் சேவையை வெளிப்படுத்தினார். மேலும், வகுப்பு விவரங்களையும் பெறப்பட்ட கட்டணத்தையும் உறுதிப்படுத்த, அவர் தொலைபேசி அழைப்புகள் மூலம் எங்களைத் தொடர்புகொண்டு, தெளிவான தகவல் பரிமாற்றத்தையும் சுமுகமான அனுபவத்தையும் உறுதிசெய்தார்.



 நிறுவனத்தின் பெயர் - SETSCO-செட்ஸ்கோ சர்வீசஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்
 நிறுவனப் பொறுப்பாளர் - பெருமாள்சுவாமி முருகேசன்
 பாடநெறி பொறுப்பாளர் - திருமதி புளோரன்ஸ் திவியா

"ஃப்ளோரன்ஸ் வழங்கிய சிறந்த சேவை குறித்த எனது கருத்தைப் பகிர்வதில் நான் மகிழ்ச்சியடைகிறேன். அவர் எப்போதும் தொழில்முறையாகவும், ஆதரவாகவும், உடனடியாகப் பதிலளிப்பவர்களாகவும் இருந்து, அனுபவம் முழுவதும் ஒரு சுமுகமான மற்றும் நேர்மறையான அனுபவத்தை உறுதி செய்துள்ளார். உங்கள் அர்ப்பணிப்புக்கும் சிறந்த வாடிக்கையாளர் சேவைக்கும் நன்றி."



 நிறுவனத்தின் பெயர் - SUNMAN-சன்மேன் சொல்யூஷன் இன்ஜினியரிங் பிரைவேட் லிமிடெட்
 நிறுவனப் பொறுப்பாளர் - ADIM
 பாடநெறி பொறுப்பாளர் - திருமதி மதுமிதா

"வழங்கப்பட்ட சிறந்த சேவைக்கு எனது பாராட்டுகளைத் தெரிவித்துக் கொள்ள விரும்புகிறேன். குழுவினர் தன் தரத்தில் எந்தவித சமரசமும் செய்துகொள்ளாமல், வேகமாகவும் திறமையாகவும் முடிவுகளை வழங்கி, உயர் மட்ட தொழில்முறைத் திறனை வெளிப்படுத்தினர். இந்த முழு செயல்முறையிலும், சேவை நம்பகமானதாகவும், உடனடியாகப் பதிலளிப்பாகவும், சிறப்பாகச் செயல்பட்டதாகவும் இருந்ததால், இந்த அனுபவம் சுமுகமாகவும் தொந்தரவு இல்லாமலும் இருந்தது. ஒட்டுமொத்த முடிவில் நான் மிகவும் திருப்தி அடைந்துள்ளேன், மேலும் உங்கள் சேவைகளை மற்றவர்களுக்குப் பரிந்துரைக்கத் தயங்க மாட்டேன். சிறந்த முடிவுகளை வழங்குவதில் நீங்கள் காட்டும் அர்ப்பணிப்புக்கும் ஈடுபாட்டிற்கும் நன்றி."





சான்றுகள் (மாணவர்கள்)



 "மாணவர் பெயர் - முகமது ஜக்கிரியா ஜகபர் அலி"
 பாடநெறி பெயர்-WSHMC
 பாடநெறி பொறுப்பாளர் - திருமதி நபிலா

சிறப்பான சேவையை வழங்கிய ஊழியர்களை நான் பாராட்ட விரும்புகிறேன். நான் அங்கு இருந்த நேரம் முழுவதும் அவர் அன்பாகவும், தொழில்முறையாகவும், கவனமாகவும் இருந்தார். அவரது நட்பான அணுகுமுறையும் உதவும் மனப்பான்மையும் இந்த அனுபவத்தை சுமுகமாகவும் இனிமையாகவும் ஆக்கியது. சிறந்த வாடிக்கையாளர் சேவைக்கு மிக்க நன்றி—அது உண்மையிலேயே பாராட்டத்தக்கது. நன்றி.



 மாணவர் பெயர் - சூங் ஜூன் ங்கோ - SOONG JOON NGO
 பாடநெறி பெயர்-DQS
 பாடநெறி பொறுப்பாளரின் பெயர் - திருமதி டெல்ஃபின்

நான் திருமதி சூங் ஜூன் கோ, QS டிப்ளோமா பட்டயப் படிப்பிற்கு இப்போதுதான் பதிவு செய்துள்ளேன். டெல்ஃபின் வழங்கிய சேவைகள் மிகச் சிறப்பாக இருந்தன என்பதைத் தெரிவிப்பதற்காக இந்த மின்னஞ்சலை எழுதுகிறேன். அவர் ஒரு உதவிகரமான பணியாளர், எனக்கு சந்தேகம் ஏற்பட்டவுடன் உடனடியாகப் பதிலளித்தார்.



 மாணவர் பெயர்- யே வாடி லின் ஹெட்-YEA WADI LIN HTET
 பாடநெறி பெயர்-DA-டிஏ
 பாடநெறி பொறுப்பாளர் - திருமதி ரேவதி

திருமதி ரேவதி அவர்களின் நிர்வாக உதவி குறித்து எனது கருத்துக்களைத் தெரிவிக்கவே இதை எழுதுகிறேன். நான் இங்கு இருந்த காலம் முழுவதும், மாணவர்களின் கேள்விகளைக் கையாள்வதில் அவர் மிகவும் உதவியாகவும் பணிவாகவும், திறமையாகவும் இருந்துள்ளார். எனக்கு வழிகாட்டுதல் தேவைப்பட்ட போதெல்லாம், அவர் உடனடியாகவும் தெளிவாகவும் ஆதரவளித்து, நிர்வாகச் செயல்முறையை மிகவும் சுமுகமாக்கினார். மாணவர்களுக்கான அவரது அர்ப்பணிப்பையும் சிறந்த சேவையையும் நான் மனதாரப் பாராட்டுகிறேன்.



 மாணவர் பெயர்-கம்சனி பின் ஒஸ்மான்
 பாடநெறியின் பெயர்-MWSHCS
 பாடநெறி பொறுப்பாளர் - திருமதி ஷென்பகம்

MWSHCS பாடநெறிப் பதிவிற்கு நீங்கள் அளித்த ஆதரவிற்கும் ஒருங்கிணைப்பிற்கும் எனது நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன். பாடநெறி நடைபெற்ற காலத்தில் நீங்கள் வழங்கிய வழிகாட்டுதலை நான் மிகவும் பாராட்டுகிறேன். நீங்கள் உங்கள் நிறுவனத்திற்கு ஒரு பெரும் சொத்தாகத் திகழ்வுங்கள்.

உங்கள் கடமைகளில் நீங்கள் காட்டும் அர்ப்பணிப்பு அங்கீகரிக்கப்படத் தகுந்தது. மீண்டும் ஒருமுறை உங்களுக்கு மிக்க நன்றி, உங்கள் முயற்சி பெரிதும் பாராட்டப்படும்.





உடல்நலம் மற்றும் உடற்பயிற்சி திட்டம்

****எவர்சேஃப் அகாடமி சுகாதார சவால் முடிவுகள் – மே 2026****
வணக்கம், எவர்சேஃப் அகாடமி குடும்பத்தினரே!

நமது நல்வாழ்வுப் பயணத்தில் கவனம், செயல்பாடு மற்றும் அர்ப்பணிப்புடன் இருக்குமாறு மே மாதம் நம்மை ஊக்குவித்தது. இந்த மாதம் எடுக்கப்பட்ட ஒவ்வொரு அடியும் உறுதி, ஒழுக்கம் மற்றும் ஆரோக்கியமான போட்டியின் நேர்மறையான மனப்பான்மையைப் பிரதிபலித்தது. சிறிய தினசரிச் செயல்கள் காலப்போக்கில் அர்த்தமுள்ள முன்னேற்றத்தை உருவாக்க முடியும் என்பதை எங்கள் பங்கேற்பாளர்கள் தொடர்ந்து நிரூபித்து வருகின்றனர்.

★ TOP PERFORMERS ★



செல்வி ஷென்பகம்



(532,117)

படிகள்



(அசாதாரணமான ஆற்றல் மற்றும் நிலைத்தன்மையுடன் வழிநடத்துகிறார்!)



செல்வி எழில்



(424,269)

படிகள்



(அர்ப்பணிப்பு மற்றும் கவனத்துடன் கூடிய ஒரு குறிப்பிடத்தக்க முயற்சி.)



திரு. சபரி



(378422)

படிகள்



(அர்ப்பணிப்புடனும் வலுவான மனநிலையுடனும் முன்னோக்கிச் செல்கிறார்!)

சிறப்பாகச் செயல்பட்டவர்களுக்கு மனமார்ந்த வாழ்த்துகளும், பங்கேற்ற அனைவருக்கும் மனமார்ந்த பாராட்டுகளும். ஒவ்வொரு அடியும், சிறந்த ஆரோக்கியத்திற்கும் வலுவான பணியிட நலவாழ்வுக் கலாச்சாரத்திற்கும் நாம் எடுக்கும் தனிப்பட்ட அர்ப்பணிப்பைக் குறிக்கிறது.

தொடர்ந்து முன்னேறுங்கள், தொடர்ந்து பாடுபடுங்கள், தொடர்ந்து ஊக்கமளியுங்கள்!





சுகாதார குறிப்புகள் & உத்திகள்

சோம்பலைத் தவிர்ப்பதற்கான சுகாதாரக் குறிப்பு 5 நிமிட இயக்க விதியைப் பின்பற்றுங்கள்.

உங்களுக்கு சோம்பலாக உணரும்போதெல்லாம், முழு வேலையையும் செய்து முடிக்க உங்களை நீங்களே கட்டாயப்படுத்திக் கொள்ளாதீர்கள். அதற்குப் பதிலாக, ஒரு சிறு நடை, உடலை நீட்டித்தல், உங்கள் மேசையைச் சுத்தம் செய்தல் அல்லது உங்கள் வேறொரு வேலையைத் தொடங்குதல் போன்றவையும் 5 நிமிடச் செயல்களில் ஈடுபடுங்கள்.

இது ஏன் வேலை செய்கிறது:



சோம்பலை வெல்லும்

சோம்பலுக்கு பெரும்பாலும் காரணம் குறைந்த ஆற்றல், மன எதிர்ப்பு அல்லது உத்வேகமின்மையே தவிர, திறமைக் குறைபாடு அல்ல.



உடல் மற்றும் மன விழிப்புணர்வை அதிகரிக்கும்

உடல் இயக்கம், மூளைக்குச் செல்லும் இரத்த ஓட்டத்தையும் ஆக்ஸிஜன் அளவையும் அதிகரித்து, நீங்கள் அதிக விழிப்புடன் உணர உதவுகிறது.



வேகத்தை உருவாக்குகிறது

நீங்கள் ஒருமுறை தொடங்கினால், உங்கள் மனம் இயல்பாகவே தொடர விரும்பும், மேலும் அந்த 5 நிமிடங்கள் பெரும்பாலும் 30 நிமிட பயனுள்ள வேலையாக மாறிவிடும்.



சோம்பலைக் குறைப்பதற்கான கூடுதல் பழக்கங்கள்

- ✓ 7-8 மணி நேரம் தரமான உறக்கம் பெறுங்கள்.
- ✓ நாள் முழுவதும் தாராளமாக தண்ணீர் குடியுங்கள்.
- ✓ வேலை நேரத்தில் அதிக உணவு உண்பதைத் தவிர்க்கவும்.
- ✓ நீங்கள் மேசை வேலை செய்பவராக இருந்தால், ஒவ்வொரு மணி நேரத்திற்கும் 2-3 நிமிடங்கள்
- ✓ நடைப்பயிற்சி செய்யுங்கள்.

உங்கள் உடலின் ஆற்றல் அளவைச் சீராக்க உதவ, காலை சூரிய ஒளியைப் பெறுங்கள்.





புதிர்கள் மற்றும் விளையாட்டுகளுடன் வேடிக்கை



1. ஹோட்டல் சமையலறைகளில் வழக்கி விழுவதற்கான பொதுவான காரணம் என்ன?

- A. அதிக வெப்பநிலை
- B. உரத்த சத்தம்
- C. ஈரமான அல்லது எண்ணெய் படிந்த தரைகள்
- D. நெரிசல் மிகுந்த உணவறைகள்

2. சிங்கப்பூரின் பணி, சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு (WSH) சட்டத்தின் கீழ், பணியிடப் பாதுகாப்பை உறுதி செய்வதற்கு யார் பொறுப்பானவர்?

- A. மனிதவள மேலாளர் மட்டும்
- B. துப்புரவுப் பணியாளர்கள் மட்டும்
- C. முதலாளிகள் மற்றும் பணியாளர்கள் இருவரும்
- D. WSH அதிகாரி மட்டும்

3. துப்புரவுப் பணியாளர்களுக்கு, பொருட்களைக் கையாளும்போது ஏற்படும் காயங்களைத் தடுப்பதற்கான சிறந்த வழி என்ன?

- A. வேகமாக வேலை செய்வது
- B. கையுறைகளை மட்டும் அணிவது.
- C. சரியான தூக்கும் நுட்பங்களையும் உபகரணங்களையும் பயன்படுத்துவது.
- D. சுத்தம் செய்வதைத் தவிர்ப்பது

4. பின்வருவனவற்றில் எது ஹோட்டல் அறைகளில் தீ விபத்தை ஏற்படுத்தக்கூடியது?

- A. ஜன்னல்களைத் திறப்பது
- B. தரைவிரிப்புகளை சுத்தம் செய்வது
- C. அதிக சுமையுள்ள மின் இணைப்புகள்
- D. மினி பார் காலியாக உள்ளது

5. வீரியம் மிக்க துப்புரவு இரசாயனங்களைப் பயன்படுத்தும்போது, எந்த வகையான தனிநபர் பாதுகாப்பு உபகரணங்கள் (PPE) மிகவும் பொருத்தமானவை?

- A. ஹெல்மெட்
- B. கையுறைகள் மற்றும் பாதுகாப்பு கண்ணாடிகள்
- C. காது அடைப்பான்கள்
- D. பாதுகாப்பு காலணிகள் மட்டும்

6. ஒரு ஹோட்டல் பணிக்கான குறிப்பிட்ட அபாயங்கள் மற்றும் பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகளை எந்த ஆவணம் விவரிக்கிறது?

- A. சம்பளச் சீட்டு
- B. சேவை நிலை ஒப்பந்தம்
- C. இடர் மதிப்பீடு (RA)
- D. விருந்தினர் கருத்து படிவம்

7. தீயணைப்புக் கதவு தடுக்கப்பட்டிருப்பதை ஊழியர் ஒருவர் கவனித்தால் என்ன செய்ய வேண்டும்?

- A. அதைப் புறக்கணிக்கவும்
- B. ஒரு விருந்தினருக்குத் தெரிவிக்கவும்
- C. உடனடியாக மேற்பார்வையாளர் அல்லது பாதுகாப்பு அதிகாரியிடம் தெரிவிக்கவும்.
- D. இருப்பினும் அதைப் பயன்படுத்தவும்

8. ஹோட்டல் துறையில் பணி, சுகாதாரம் மற்றும் பாதுகாப்பு (WSH) விதிமுறைகளுக்கு இணங்குவதற்கு வழக்கமான பயிற்சி ஏன் முக்கியமானது?

- A. செக்-இன் செய்யும் போது நேரத்தைச் சேமிக்க
- B. ஊழியர்களின் சம்பளத்தைக் குறைத்தல்
- C. பணியாளர்கள் அபாயங்களைப் பற்றி அறிந்திருப்பதையும், அதற்கு எவ்வாறு பதிலளிப்பது என்பதைத் தெரிந்து வைத்திருப்பதையும் உறுதி செய்தல்.
- D. உணவு பரிமாறும் விதத்தை மேம்படுத்த

9. ஒரு ஹோட்டல் பராமரிப்புப் பணியாளர் ஒரு மூடிய இடத்திற்குள் நுழைய வேண்டும். உள்ளே நுழைவதற்கு முன் என்ன தேவை?

- A. தேநீர் இடைவேளை
- B. மூடிய இடத்திற்குள் நுழைவதற்கான அனுமதி மற்றும் முறையான பாதுகாப்பு நடவடிக்கைகள்
- C. விருந்தினர் அனுமதி
- D. சீரான சரிபார்ப்பு

10. ஹோட்டல் சமையலறைகளில் பூச்சித் தொல்லைகளைத் தடுப்பதற்கான ஒரு வழிமுறை என்ன?

- A. உணவை மூடாமல் விடுவது
- B. வழக்கமான பூச்சிக் கட்டுப்பாட்டு ஆய்வுகள் மற்றும் முறையான கழிவு மேலாண்மை
- C. இரவில் விளக்குகளை அணைத்தல்
- D. சமையலறையில் செல்லப்பிராணிகளை அனுமதிப்பது



புதிர்கள் மற்றும் விளையாட்டுகளுடன் வேடிக்கை



பொருத்தமான விடையை (A, B, C, D)
கொண்டு அட்டவணையை நிரப்பவும்

கேள்வி எண்	பதில்
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

பரிசுகளை வெல்லும் வாய்ப்பைப் பெற, பொருத்துதல்
வினாடி வினா கேள்விகளுக்குப் பதிலளித்து, அதை உங்கள்
விவரங்களுடன் ஒரு புகைப்படம் எடுத்து எங்கள் QR குறியீடு
வழியாகப் பதிவேற்றவும்.



பூர்த்தி செய்யப்பட்ட
உங்கள் பாதுகாப்புப்
புதிரைச் சமர்ப்பிக்க
QR குறியீட்டை ஸ்கேன்
செய்யவும்



கடந்த மாத வெற்றியாளர்கள்



ரிச்சர்ட் சிம்
கல்வி மேலாளர்
எவர்சேஃப் அகாடமி



Gnanavel
Veeraji



Sundarabal
Sugithar



Kazi Mohammad
Tauhid





சமூக ஊடக இருப்பு

எவர்சேஃப் அகாடமி சென்றடைதல் மற்றும் பதிவுகள் ஏப்ரல் 2026- க்கு

சமூக
ஊடக
பார்வைகள்

#1491

மொபைல்
செயலி
பார்வைகள்

#31,412



யூடியூப்
பதிவு - 837



சமூக ஊடகங்கள் மூலம் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்துவது, பொதுமக்கள் மற்றும் கற்றல் சமூகங்களில் ஒரு நேர்மறையான தாக்கத்தை ஏற்படுத்தும் என்று எவர்சேஃப் அகாடமி நம்புகிறது. எவர்சேஃப் அகாடமி, எங்களின் "எவர்சேஃப் அகாடமி" யூடியூப் சேனலில் பயனுள்ள மற்றும் தகவல் நிறைந்த காணொளிகளைத் தயாரித்து வருகிறது.

எங்கள் சேனலில் சமீபத்தில் பதிவேற்றப்பட்ட சில வீடியோக்கள் பின்வருமாறு:



1. அனிமேஷன் விழிப்புணர்வு காணொலிகள்

நவீன ஊடகங்கள் மூலம் கற்பவர்களுக்கு வலுவூட்டும் வகையில், எவர்சேஃப் அகாடமி 2026 மார்ச் மாதம் ஒரு ஆற்றல்மிக்க, முக்கியத்துவம் வாய்ந்த பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வுக் காணொளியையும் ஆசிரியர் வழிகாட்டிய கையேடுகளையும் அறிமுகப்படுத்தியது. இந்த முன்னெடுப்பு, முக்கியமான பணியிடப் பாதுகாப்பு நடைமுறைகளை முன்னிலைப்படுத்துவதோடு, கருவிகளை அவற்றின் சரியான சேரமைப்பிற்குத் திருப்புவதையும் ஊக்குவிக்கிறது.



2. பாடநெறி தகவல் காணொளிகள்

எங்களால் புதிதாக வெளியிடப்பட்ட பாடநெறி தகவல் காணொளிகள், மாணவர்களின் ஈடுபாட்டை அதிகப்படுத்தும் வகையில், வகுப்பறை அளவிலான நுண்ணறிவுகளை நிஜ உலகப் பயன்பாடுகளுடன் இணைக்கின்றன. இந்த நவீன அணுகுமுறை, கற்பவர்கள் ஒவ்வொரு சிறப்புத் திட்டத்திலும் சேர்வதற்கு முன்பே அதன் நன்மைகளையும் பாதுகாப்புத் தரங்களையும் முழுமையாகப் புரிந்துகொள்வதை உறுதி செய்கிறது.



3. பொது மற்றும் பாதுகாப்பு வீடியோக்கள்

புதிதாக அறிமுகப்படுத்தப்பட்ட பொது மற்றும் பாதுகாப்பு காணொளிகள், முக்கிய இடர் மதிப்பீட்டு முறைகள் மற்றும் இன்றியமையாத பாதுகாப்புத் தரநிலைகள் குறித்த ஒரு ஊடாடும் பார்வையை வழங்குகின்றன. இந்த ஆற்றல்மிக்க காட்சி முன்னெடுப்பு, பாதுகாப்பிற்கே முதலிடம் தரும் தொழில்நுட்பப் பயிற்சியை வழங்குவதில் எவர்சேஃப் அகாடமியின் அர்ப்பணிப்பை வலுப்படுத்துகிறது.





பெருநிறுவன சமூக பொறுப்பு - CSR நிகழ்வுகள்

1.

புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளர்களுக்கான இலவச யோகா வகுப்புகள்

எவர்சேஃப் அகாடமி, புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளர்களின் உடல் மற்றும் மன நலனை மேம்படுத்துவதற்காக, தொடர்ச்சியான இலவச யோகா வகுப்புகளை நடத்தி, தனது சமூகப் பொறுப்புணர்வு முயற்சியைத் தொடர்கிறது. அதிக தேவை மற்றும் பங்கேற்பாளர்களின் வலுவான ஈடுபாடு காரணமாக, அகாடமி மே 2026 முதல் ஜூன் 2026 வரை நடைபெறவிருக்கும் மற்றொரு தொகுதி வகுப்புகளைத் தொடங்கியுள்ளது. இந்த வகுப்புகள், பங்கேற்பாளர்களின் உடல் நெகிழ்வுத்தன்மையை மேம்படுத்தவும், மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கவும், ஒட்டுமொத்த ஆரோக்கியத்தைப் பேணவும் உதவுவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளன.



- 05 ஜூலை 2026
- 12 ஜூலை 2026
- 19 ஜூலை 2026
- 26 ஜூலை 2026
- 02 ஆகஸ்ட் 2026
- 09 ஆகஸ்ட் 2026
- 16 ஆகஸ்ட் 2026
- 23 ஆகஸ்ட் 2026
- 30 ஆகஸ்ட் 2026
- 06 செப்டம்பர் 2026
- 13 செப்டம்பர் 2026



நேரம்: மாலை 6:30 மணி முதல் இரவு 8:30 மணி வரை



Location: 2 Kampong Kapor Rd, Singapore



Contact: (+65) 6297 8417



Email ID: training@eversafe.com.sg

2.

புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளர்களுக்கான கணினி வகுப்பு

புலம்பெயர்ந்த தொழிலாளர்களுக்கு அத்தியாவசிய டிஜிட்டல் திறன்களை வழங்குவதற்கான தனது முயற்சியின் ஒரு பகுதியாக, எவர்சேஃப் அகாடமி இலவச கணினி வகுப்புகளை நடத்த உள்ளது. பங்கேற்பாளர்கள் அடிப்படை கணினி அறிவைப் பெறவும், அதன் மூலம் அவர்களின் வேலைவாய்ப்பை மேம்படுத்தவும், டிஜிட்டல் தளங்களை நம்பிக்கையுடன் கையாளவும் உதவுவதை இந்தத் திட்டத்தின் நோக்கமாகும்.



திட்டமிடப்பட்ட தேதிகள்:

- 28 ஜூன் 2026
- 05 ஜூலை 2026
- 12 ஜூலை 2026
- 19 ஜூலை 2026
- 26 ஜூலை 2026
- 02 ஆகஸ்ட் 2026



நேரம்: மாலை 6:00 மணி முதல் இரவு 9:45 மணி வரை



Location: Little India Branch
2 Kampong Kapor Rd, Singapore



Contact: (+65) 6297 8417



Email ID: training@eversafe.com.sg

3.

பெருநிறுவன சமூகப் பொறுப்பு (CSR) – செயல்பாடு:

2026 ஆம் ஆண்டு ஜூன் 27 ஆம் தேதி, சமூக அக்கறை மற்றும் சமூகப் பொறுப்புணர்வுக்கான எங்கள் அர்ப்பணிப்பின் ஒரு பகுதியாக, எவர்சேஃப் அகாடமி, உடல்நலனில் உள்ள சுவாமி ஹோமில் உணவுக்கு நிதியுதவி அளித்து ஒரு சமூகப் பொறுப்புணர்வுச் செயல்பாட்டை நடத்தும்.

4.

தீயணைப்புப் பயிற்சி

2026 ஜூன் 19 அன்று, ஜூனியர் வசிக்கும் மக்களிடையே தீ பாதுகாப்பு விழிப்புணர்வை ஊக்குவிக்கவும், அவசரகால தயார்நிலையை மேம்படுத்தவும், எவர்சேஃப் அகாடமி ஒரு சமூகப் பொறுப்புணர்வுத் தீ ஒத்திகை நடவடிக்கையை நடத்துவதாயிற்று.





EA பசுமைத் திட்டம்

EA பசுமைத் திட்டம் - மின்னணு விலைப்பட்டியல், மின்னணு-ரஃது மற்றும் மின்-அறிக்கை

EA பசுமைத் திட்டத்தின் ஒரு பகுதியாக, காகிதப் பயன்பாட்டைக் குறைக்கவும், சுற்றுச்சூழலுக்குப் பொறுப்பான வணிக நடைமுறைகளை ஊக்குவிக்கவும், நாங்கள் மின்னணு விலைப்பட்டியல்கள், மின்னணு ரஃதுகள் மற்றும் மின்னணு அறிக்கைகளைச் செயல்படுத்தியுள்ளோம். அச்சிடப்பட்ட ஆவணங்களுக்குப் பதிலாகப் பாதுகாப்பான எண்ணிமப் பதிவுகளைப் பயன்படுத்துவதன் மூலம், நாங்கள் காகிதப் பயன்பாட்டைக் குறைத்து, அச்சிடும் செலவுகளைக் குறைத்து, இயற்கை வளங்களைப் பாதுகாத்து, செயல்பாட்டுத் திறனை மேம்படுத்துகிறோம். EA பசுமைத் திட்டம், 2030-ஆம் ஆண்டிற்குள் காகிதப் பயன்பாட்டை முழுமையாக நீக்குவதை நோக்கமாகக் கொண்டுள்ளது.

இந்த முன்னெடுப்பு, சிங்கப்பூர் பசுமைத் திட்டம் 2030-ஐ ஆதரிக்கிறது; குறிப்பாக, நிறுவனங்கள் முழுவதும் கழிவுகளைக் குறைத்தல், வளங்களைப் பாதுகாத்தல் மற்றும் நிலையான நடைமுறைகளைப் பின்பற்றுவதை ஊக்குவிக்கும் அதன் 'நிலையான வாழ்வியல் தூணை' இது ஆதரிக்கிறது. எண்ணிம ஆவணப்படுத்தல் மூலம், EA காகிதமில்லாப் பணியிடத்திற்குப் பங்களிக்கிறது, அதன் சுற்றுச்சூழல் தடம் மற்றும் கார்பன் தடத்தைக் குறைக்கிறது, மேலும் பசுமையான மற்றும் அதிக வளத் திறனுள்ள ஒரு தேசத்தை உருவாக்கும் சிங்கப்பூரின் தொலைநோக்குப் பார்வைக்கு ஆதரவளிக்கிறது.





சமீபத்திய EA படிப்புகள் & வரவிருக்கும் நிகழ்வுகள்

எவர்சேஃப் அகாடமி, தொழிற்சாலைத் திறன்களை வலுப்படுத்தவும், வளர்ந்து வரும் பயிற்சித் தேவைகளுக்கு ஆதரவளிக்கவும் வடிவமைக்கப்பட்ட இரண்டு புதிய சிறப்புத் திட்டங்களைத் தொடங்கத் தயாராகி வருகிறது.



வரவிருக்கும் பாடநெறிகள்:

1.

1. Safe Cargo Loading, Securing and Transport Compliance (SLSTC)

2.

2. Effective LOTO Implementation Techniques (ELIT)



பாதுகாப்புக் குழு கூட்டம்

தேதி: 29 ஜூன் 2026

இடம்: பயனியர்-Pioneer

நோக்கம்:

அனைத்து EA பயிற்சிப் பிரிவுகளிலும் பாதுகாப்புச் செயல்பாடுகள் மற்றும் இணக்கத்தை மாதந்தோறும் மதிப்பாய்வு செய்தல்.



தன்னம்பிக்கை வளர்த்தல் மற்றும் பொதுப் பேச்சுக்கலை” பயிலரங்கம்

தேதி: 27 ஜூன் 2026

இடம்: ஜூம் தளம்



எவர்சேஃப் அகாடமி, தனது புதிய மாணவர்களை அன்புடன் வரவேற்பதற்கும் அவர்களின் கல்விப் பயணத்தின் தொடக்கத்தைக் கொண்டாடுவதற்கும், 2026 ஜூன் 22 ஆம் தேதி அன்று புதிய மாணவர் தினத்தை நடத்த உள்ளது.



பட்டமளிப்பு நாள்

தேதி: 04 ஜூலை 2026

இடம்: 60 Tessensohn-
டெசென்சோன் சாலை,
சிங்கப்பூர் 217664



பயிற்சியாளர்கள் சந்திப்பு

தேதி: 06 ஜூலை 2026

இடம்: 60 Tessensohn-
டெசென்சோன் சாலை,
சிங்கப்பூர் 217664





எவர்சேஃப் அகாடமி பற்றி

எவர்சேஃப் அகாடமி ஒரு நன்கு நிறுவப்பட்ட பயிற்சி நிறுவனமாகும், இது

சிங்கப்பூர் மற்றும் பிராந்திய அளவில் உள்ள வயது வந்த கற்பவர்கள் மற்றும் PMET-களின் தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்வதற்கான புதுமையான பயிற்சி யை வழங்குகிறது. நாங்கள் WSH துறையில் நன்கு அறியப்பட்ட பயிற்சி வழங்குநர்களில் ஒருவராக இருக்கிறோம். எங்களிடம் பணியிடப் பாதுகாப்பு, பெருநிறுவன இழப்புக் கட்டுப்பாடு மற்றும் ஒழுங்குமுறை இணக்கம் ஆகியவற்றைச் செயல்படுத்துவதில் பயிற்சி பெற்ற மற்றும் திறமையான, மிகவும் அனுபவம் வாய்ந்த மற்றும் அர்ப்பணிப்புள்ள பாதுகாப்பு வல்லுநர்களைக் கொண்ட குழு உள்ளது. எங்களிடம் அனுபவம் வாய்ந்த பொறியாளர்கள் குழுவும் உள்ளது.

பணியாளர்கள், மேற்பார்வையாளர்கள் மற்றும் மேலாளர்கள் தங்கள் பணிகளைப் பாதுகாப்பாகச் செய்வதற்குத் தேவையான அறிவைப் பெற்றிருப்பதை உறுதிசெய்யும் வகையில், அவர்களின் பாதுகாப்புத் திறன்களை நாங்கள் மேம்படுத்துகிறோம். மேலும் பெருநிறுவனங்களுக்கும் பயிற்சிகளை நாங்கள் ஏற்பாடு செய்கிறோம்.

ஒரு பதிவுசெய்யப்பட்ட தனியார் கல்வி நிறுவனம் என்ற முறையில், தரமான கற்பித்தல் மற்றும் மாணவர் அனுபவங்களில் எங்களின் சிறப்பை அங்கீகரிக்கும் ஒரு பகுதியாக, நாங்கள் 4 ஆண்டு EduTrust-எஜூட்ரஸ்ட் அங்கீகாரத் தர முத்திரையையும் பெற்றுள்ளோம்.

www.eversafe.edu.sg





EA ஸ்கை யோகா

**EVERSAFE ACADEMY
SKY MEDITATION CENTRE**

WCSC APPROVAL NO: WCSC/APP/SGP/054

**SCIENCE OF
UNIFIED LIVING**

A revolutionary insight blending Ancient Indian Wisdom
and Contemporary Science

[Join Now](#)



எங்கள் படிப்புகளை
விரிவாகக் காண
QR குறியீட்டை
ஸ்கேன் செய்யவும்.

Visit our website for more details:

www.eversafe.edu.sg/yoga-home

எங்கள் சிறப்புப் பாடநெறிகள்:

1. மனித மேன்மைக்கான யோகா - அடித்தளப் பயிற்சி
2. காயகல்ப யோகா
3. சுயபரிசோதனைப் பாடநெறி (I, II & III)
4. குழந்தைகள் யோகா
5. மனித மேம்பாட்டிற்கான யோகாவில் சான்றிதழ் (CYHE)
6. மனித மேன்மைக்கான யோகாவில் டிப்ளமோ (DYHE)



தமிழ் மற்றும் ஆங்கிலம்
மொழி
வகுப்புகள்
கிடைக்கிறது!



For more info

அழைப்பு: +65 6297-8417 | வாட்ஸ்அப்: +65 9381 3608





எங்களுடன் இணையுங்கள்

எங்களுடன் உங்கள் எதிர்காலத்தை உருவாக்குங்கள்



1. கண்காணிப்பு அதிகாரி
2. மையப் பொறுப்பாளர்
3. டிப்ளமோ பயிற்சியாளர்கள்
4. WSH பயிற்சியாளர்கள்



உங்கள் சுயவிவரத்தை எங்களுக்கு மின்னஞ்சல் செய்யவும்.

hr1@eversafe.com.sg

உங்கள் எதிர்காலம் இங்கிருந்து தொடங்குகிறது...

மேலும் தகவலுக்குத் தொடர்பு கொள்ளவும்:

அழைப்பு: (+65) 9059 6339 | www.eversafe.edu.sg





Island wide 4 Locations

LITTLE INDIA



No. 2, Kampong Kapur Rd,
Singapore 208674

JOO KOON



No. 2, Joo Koon Road,
Singapore 628966

PIONEER JUNCTION



No.3, Soon Lee Street, #04-14,
16,17, Pioneer Junction,
Singapore 627606

WAN LEE



No. 2, Wan Lee Road,
Singapore 627934

WE ARE
ALWAYS WITH YOU
FOR YOUR
TRAINING NEEDS



+65 6297 8417



www.eversafe.edu.sg



+65 9381 3608



training@eversafe.com.sg



TALK TO _____
OUR EXPERT!

Scan to Visit
Our Website

