

دليل السلامة والصحة المهنية

الإصدار الثاني - يناير ٢٠٢٤م

مفهوم السلامة والصحة المهنية

 تعرف منظمة العمل الدولية السلامة والصحة المهنية على أنها "العلم الذي يهتم بتوقع وتقدير وتقييم والتحكم بالمخاطرات التي تنشأ في أو من مكان العمل والتي يمكن أن تضر صحة ورفاهية (صالح) العاملين، مع الأخذ بعين الاعتبار التأثير المحتمل على البيئة المحيطة والمجتمع .

وأهدافها :

- حماية العنصر البشرى من مخاطر بيئة العمل
- حمايه العامل من الإصابات والحوادث المهنية
- حمايه أصحاب الاعمال من الخسائر المادية أو خسائر في الأرواح
- الحفاظ على وقت العمل وعلى انتظام العامل في العمل وعدم تعطيل عجلة الإنتاج
 - تثبیت مفهوم الأمان والطمأنینة فی بیئة العمل للعاملین أثناء أدائهم العمل
 - رفع الروح المعنوية للعاملين ونشر الطاقة الإيجابية

الأهداف الرئيسية



السلامة في مكان العمل

٢. مقدمة في السلامة في مكان العمل

تعريف السلامة في مكان العمل .1.1

• وهي تشمل الأنشطة/اللياقة البدنية، التدخين، خيارات النظام الغذائي/الصحي، الوصول إلى موارد الوقاية

عظي، مثل: تقافة المنظمة أو النظلمات أو الخوف من فقدان العمل أو الخلل بين الحياة العملية والشخصية.

• وهي تسمل عناصر قد تؤدي إلى ضغط نفسي أو

• وهي تسمل مخاطر، مثل: المخاطر البدنية والكيميائية والحيوية وعدم الراحة والمخاطر الميكانيكية ومخاطر الطاقة والنقل.

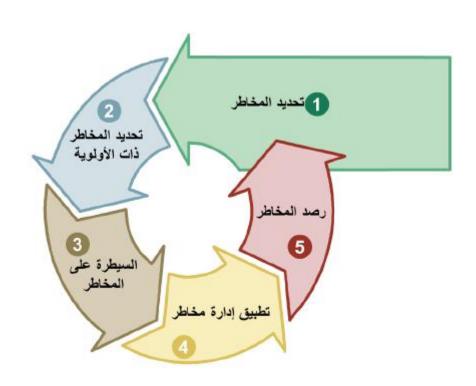
الموارد الصحية الشخصية

بينة العمل الاجتماعية والنفسية

بينة العمل المادية

ما يركز عليه هذا الدليل الإرشادي للسلامة في مكان العمل

إطار عمل السلامة في مكان العمل



تقييم احتمالية المخاطر

يقوم مسؤول الصحة والسلامة بتقييم مستوى حدة الخطر باستخدام مقياس من ١ (الأدنى) إلى ٥(الأعلى) ويعرض الجدول التالي أمثلة لكيفية احتساب درجة احتمالية التعرض للمخاطر ويحدد هذا التقييم احتمالية حدوث خطر معين (بصرف النظر عن تأثيره). وينبغي أن يشمل هذا التقييم، معدل انخراط الموظفين في النشاط الذي يعرضهم للخطر، واحتمال حدوث الخطر في كل مرة.

الوصف	الحدة	المستوى
الموت أو الأمراض القاتلة أو حدوث إصابات متعددة خطيرة	كارنية	٥
إصابات خطيرة أو أمراض مهنية تهدد الحياة (وتشمل بنر الأطراف والكسور الخطيرة والإصابات المتعددة وأمراض السرطان المهنية والتسمم الحاد والإعاقة والصمم)	كبيرة	٤
حدوث إصابة أو اعتلال بالصحة يتطلب علاجًا طبيًا (وتشمل الجروح والحروق والالتواء والكسور البسيطة والتهاب الجلد واضطرابات الأطراف العلوية ذات الصلة بالعمل)	منوسطة	٣
حدوث إصابة أو اعتلال بالصحة يتطلب الإسعافات الأولية فقط (بما في ذلك الجروح البسيطة والكدمات وتهيج الجلد واعتلال الصحة مع عدم الشعور المؤقث بالراحة)	ضئيلة	7
إصابة تكاد لا تذكر	شبه منعدمة	1

تقييم حدة المخاطر

يقوم مسؤول الصحة والسلامة بتقييم مستوى حدة الخطر باستخدام مقياس من ١ (الأدنى) إلى ٥(الأعلى) ويعرض الجدول التالي أمثلة لكيفية احتساب درجة حدة المخاطر ولا ينظر التقييم الأول في درجة تأثير المخاطر إلا عند وقوعها (بصرف النظر عن احتمالات حدوثها في الواقع) ويعتمد هذا التقييم على درجة حدة الإصابات المحتملة، بينما يكون أقل اعتمادًا على عدد العاملين المتضررين.

حدوث الوصف	احتمالية الد	المستوى
تجرية مستمرة أو متكررة	شبه مؤكد	٥
شائع الحدوت	متكرر	٤
محتمل أو حدث سابقًا	عرضىي	٣
من غير المحتمل حدوثه في الظروف العادية	بعيد	*
من غير المتوقع حدوته ولكنه يظل واردًا	نادر	1

حساب درجة المخاطر

يتم احتساب درجات المخاطر عن طريق ضرب حدة المخاطر واحتمالية حدوث الخطر التي تم تطويرها في الخطوات السابقة:

احتمالية حدوثها × درجة المخاطر = حدتها ونتيجة لذلك، فإن درجة الخطر ستكون رقمًا بين ١ و ٢٥

تقييم حدة المخاطر

يتم ترتيب أولويات المخاطر استنادًا إلى درجات المخاطر المحسوبة في الخطوة السابقة، فكلما ارتفعت درجة الخطر، زادت أولوية التخفيف من حدته ومن الناحية العملية فإن ذلك، يتم بسهولة كبيرة عن طريق احتساب درجة الخطورة لكل خطر في القائمة الطويلة للمخاطر وتصنيفها وفقًا لأولويتها ومن المهم مراجعة القائمة في هذه المرحلة لضمان أن المخاطر ذات الأولوية القصوى هي في الواقع تلك المخاطر الأعلى حدة والأكثر احتمالية

للحدوث. وإذا لم يكن الأمر كذلك، فيمكن تعديل احتمالية وقوع الخطر وحدته لتعطي تفسيرًا أكثردقة لكل خطر، بمجرد تحديد أولوية كل المخاطر، يمكن تجميعها في فئات المخاطر الثلاث التالية:

أ(مخاطر مقبولة ب(مخاطر محتملة ج(مخاطر غير مقبولة

مخاطر مقبولة

تعد المخاطر التي تحصل على ٣ درجات أو أقل ضمن المخاطر المقبولة، فهي إما متوسطة الخطورة، ولكن احتمالية حدوثها منخفضة جدًا كتعرض موظف إداري لعضة حيوان أو إصابة الشخص نفسه بجرح ثانوي بأداة فتح الخطابات (أو أنتكون خطورتها شبه منعدمه لكنها تحدث في بعض الأحيان)

مثل: الجروح التي يحدثها الورق .. لا يتعين على لجنة الصحة والسلامة اتخاذ تدابير إضافية للسيطرة على هذا النوع من المخاطر ومع ذلك فيجب إعادة النظر في تقييم المخاطر بصفة دورية للتأكد من عدم ارتفاع معدل التعرض للمخاطر احتمالية حدوث المخاطر أو خطورتها مع الوقت.

مخاطر محتملة

تُصنف المخاطر التي تحصل على أقل من ١٠ درجات ضمن المخاطر المحتملة. فقد يكون لهذه المخاطر إما عواقب كارثية، ولكن من غير المحتمل حدوثها كالهجوم الإرهابي على الجمعية أو أنها تحدث بشكل متكرر، لكنها ذات تأثير طفيف مثل: إجهاد العين بسبب العمل المكثف أمام شاشة الكمبيوتر ينبغي تقييم هذه المخاطر بعناية، ويجب اتخاذ تدابير عملية للتخفيف من حدة هذه المخاطر إلى " أدنى مستوى ممكن " يمكن للجمعية اتخاذ تدابير مؤقتة للسيطرة على المخاطر لحين تنفيذ تدابير السيطرة المناسبة.

مخاطر غير مقبولة

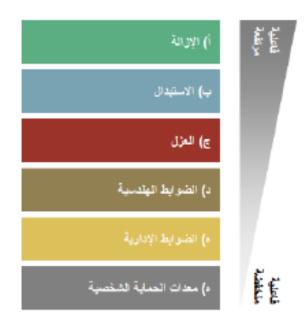
تصنف المخاطر التي تحصل على ١٠ درجات أو أكثر والتي لها تأثير كارثي ضمن المخاطر غير المقبولة، وهي المخاطر التي من المرجح حدوثها بدرجة كبيرة وتكون مؤثرة جدًا ولا يمكن تجاهلها كسقوط عامل من مكان مرتفع لعدم توفر معدات السلامة ويجري التعامل مع المخاطر النادرة ذات التأثير الكارثي باعتبارها حالات استثنائية. وبالرغم من أن درجة خطورتها أقل من ١٠ درجات أي أن معدلها ٥ درجات إلا أن هذا النوع من المخاطر غير مقبول وعند حدوث المخاطر غير المقبولة يجب إيقاف كافة أشكال العمل لحين التخفيف من حدة المخاطر على الأقل إلى مستوى محتمل من خلال اتخاذ التدابير اللازمة لتحسين مستوى السلامة كالتجهيزات والأسوار وما إلى ذلك

- ويقدم الجدول التالي نظرة عامة على تحديد المخاطر ذات الأولوية:

عارشة (°)	(1)	متوسط : (۳)	ضنيلة (٢)	ئبه شعبة (۱)	
40	¥	10	2	a	شبه موکد (۵)
۲٠	13	17	A	£	متك رر (۱)
10	14	q	٦	4	عرض <i>ی</i> (۳)
1+	٨	٦	£	۲	(Y)
٥	£	۳	۲		نادر (۱)

فاعلية المخاطر

• هناك ستة أنواع من تدابير للسيطرة على المخاطر، إلا أنها ليست جميعها على درجةٍ واحدٍ من الفاعلية في التخفيف من حدة المخاطر المقصودة .. وهي :



فئات السيطرة المخاطر

مثال	فنة السيطرة على المخاطر
 التخلص من المنتجات الكيميائية غير المرغوبة 	الإزالة
 إزالة الخطوات الخطرة من العملية 	
 التخلص من المعدات التالفة أو إصلاحها 	
 تصغیر حجم الصندوق إن أمكن 	الاستبدال
 استبدال الهاتف بسماعة الرأس 	
 استبدال المنتجات الكيميائية غير المرغوب بها بمنتجات أكثر 	
أمانًا	
 نقل المعدات المسببة للضوضاء إلى غرف عازلة للصوت 	العزل
 إقامة سياج حول المناطق الخطرة 	
 تركيب أقفال لمنع دخول الأشخاص غير المصرح لهم 	
 تركيب قفل حماية على المعدات الخطرة 	الضوابط الهندسية
 استخدام فأرة ولوحة مفاتيح وشاشة منفصلة عند العمل على 	
الكمبيونر المحمول بصورة مكتفة	
 استخدام معدات رفع متخصصة لرفع الأحمال إلى الأماكن 	
المرتقعة	
 تدريب الأفراد المختارين على استخدام طفاية الحريق 	الضوابط الإدارية
 تطبيق إجراءات كيفية التخلص من المواد الكيميائية الخطرة 	
• تعليق لافتات مخارج الحريق	
 توفير سدادات أذن لجميع الموظفين الذين يدخلون إلى مناطق 	معدات الحماية الشخصية
الضوضاء	
 استخدام القفارات وأغطية الفم عند التعامل مع مرضى يعانون 	
من أمراض مُعدية	
 ارتداء أحذية الحماية عند عمليات التشغيل في مناطق الأحمال 	
المرتفعة	

الصنحة والسلامة	
اسم صاحب البلاغ:	
تاريخ وقوع الحادث ووقته: في يوم/	المناعة
مكان وقوع الحائث: المقر الرئيسي مكان أخر. (اختر واحدًا):	عدد المكان:
ملايسات الحادث: (الأسباب التي أنت مباشرة لوقوع الحانث، الأسباب المباشرة لأي إم	بايات، الأسباب الأخرى)

تقرير الحوادث ملاحظة: يجب أن تكون جمع التفاصيل أنذاه مرتبطة بالحائث (مثل التاريخ والوقت ومكان وقوع الحائث). ويتعين ملء تقرير الحوائث بمعرفة مسؤول

قُرِجات الحادث: وع المغرجات، حدثها، استجابة الإدارة المباشرة، هل كان من العمكن تلاقي وقرع الحدث)
مواقب المحتملة للحادث: ما هو أسوأ ما يمكن أن يحدث؟ ما الذي حال دون وقوع أسوأ العواقب؟ كم مرة يمكن أن يقع فيها مثل هذا الحدث؟ ما أسوأ إصداية أو ضرور كان يمكن أن
ں ہو سور ما پیشن ان پیشنہ ما ندی چان بول وقوع سور سورھیہ: ہم مرہ پیشن ان پیغ چپھ بین ماہ سطنہ: ما سور ہمنیچ او بیٹ؟ کم عدد من پُخلف ڈاگر ہم بالحادث؟)
مسول الصحة والسلامة: (عنوان البريد الإلكتروني للسؤول الصحة والسلامة) أو (رقم هلقه)
ن هناك مخاطر حديدة تو تحديدها؟ الا

ا هو أسوأ ما يمكن أن يحدث؟ ما الذي حال دون وقوع أس دث؟ كم عدد من يُحتَمَّل تَأثَّر هم بالحادث؟)	أسوأ العواقب؟ كم مرة يمكن أن يقع فيها مثلُ هذا الحدث؟ ما أسوأ إصدابةٍ أو ضرر _{ته} كان يا	
5 M h 5 h 1 .	22. 1. 10 a h 1 h 1 h 1 a abh 1 h 1 a	
مسؤول الصحه والسائمة:	: (عفوان البريد الإلكتروني لمسؤول الصنحة والسائمة) أو (رقم هاتفه)	
ر هناك مخاطر جديدة تم تحديدها؟		
نصب الوظيفي الذي تأثر (المناصب الوظيفية التي تأثر	ثرت) بالخطر الجديد	
مقاطر الجديدة:		
ر يجب اتخاذ تدابير سلامة جديدة؟		
ابير السلامة الجديدة المقترحة: فرض تجنب وقوع حوادث مماثلة في المستقبل)		

تقرير الحوادث

نموذج إبلاغ عن المخاطر

نموذج الإبلاغ عن المخاطر	
اسم صاحب البلاغ:	
التاريخ:/	
المنصب الوظيفي الذي تأثر (المناصب الوظيفية التي تأثرت) بالخطر الجديد	
وصف الخطر: (ما هي الأسباب الكامنة وراء الخطر؟ في أي ظروف يمكن أن يقع مثل هذا الحادث؟ في أي الأماكن يمكن أن يقع مثل هذا الحادث؟)	
العواقب المحتملة: (ما هو أمواً ما يمكن أن يحدث؟ ما الذي حال دون وقوع أمواً العواقب؟ كم مرة يمكن أن يقع فيها مثل هذا الحدث؟ ما أمواً إصدابةٍ أو ضررٍ كان يمكن أن تحدث؟ كم عدد من يُحتمل تأثر هم بالحادث؟)	
تدابير السلامة الجديدة المفترحة: (لتجنب وقرع هذا الحادث في المستقبل)	
ميكيل المرحق البلامة	

مسؤول الصحة والسلامة: (عنوان البريد الإلكتروني لمسؤول الصحة والسلامة) أو (رقم هاقه)

التعريف بالمصطلحات

المصطلح	الشرح
الجمعية	جمعية طاقات الشباب
الدليل	خطوات استرشاديه لتنظيم عمل فريق الأمن والسلامة بالجمعية ويتم بموجبها تنظيم عمليات الإخلاء في الجمعية
الوقاية	كافة الأعمال والتجهيزات و أعمال الكشف وتعديل الوضع لتلافي الخطر قبل وقوعه
الفريق	فريق الأمن والسلامة
الإخلاء	عمليات إبعاد الموظفين أو المستفيدين عن مكان الخطر ونقلهم عبر المسالك المهيأ لماكن آمنة
نقطة التجمع	ساحة محددة ومعروفة للجميع وآمنة يتجمع فيها الموظفون أثناء عمليات الإخلاء
نظام الإنذار	وسيلة الكتروكهربائية تعمل على اكتشاف الحريق وترسل إشارة إلى لوحة التحكم وتحدد مكان الحريق مع إصدار صوت ضوء حسب نوع كواشف النظام

التدابير اللازمة للسلامة والصحة المصنية

ثانياً: معالجة الأسباب المرتبطة بالعامل الإنساني

- حسن اختيار الموظفين.
- استخدام الملصقات لإرشاد الموظفين.
 - تدريب الموظفين.
 - استخدام التشجيع الإيجابي.
- إجراء فحوصات منتظمة عن السلامة والصحة.
 - التحكم في عبء وتوتر العمل الزائد.

أولاً: توفير بيئة عمل مناسبة

- الصيانة المستمرة للآلات واستبدال التالف منها.
- توفير صيدلية للإسعافات الأولية وتكون في متناول اليد للموظفين.
 - توفير إضاءة طبيعية أو صناعية مناسبة.
 - الوقاية من الحرارة والضوضاء وغير ذلك.
 - دراسة مخاطر العمل باستمرار ووضع الحلول لذلك.
 - توفير التأمين الصحى الملائم للموظفين.

التصرف الصحيح في الحالات العادية

(عدم وجود طوارئ)

- 1. تعرف على رقم البلاغات في حالات الطوارئ (998) واحفظه ودونه كذلك في محفظتك.
 - 2. تعرف على نغمات جرس الانذار أو صافرات أو نداءات الطوارئ أو الإخلاء.
 - 3. تعرف على مداخل ومخارج المبنى وكيفية الإخلاء.
 - 4. تعرف على نقاط التجمع وأماكن الإيواء القريبة منك.
 - 5. احضر دورة تدريبية عن كيفية التصرف في أوقات الطوارئ.
 - 6. شارك في البرامج التوعوية والتدريبية التي تقيمها الجمعية.

7. تصفح الموقع الإلكتروني الخاص بالجمعية.

التصرف الصحيح



في حالة وقوع حريق Case of Fire







التجميع حتى



مهام فريق الأمن والسلامة

- ا- تفقد وسائل السلامة ومدى صالحيتها والرفع عن كل ملاحظة وعن كل ما يهدد سلامة الموظفين إلى
 الإدارة التى تقوم بدورها بمعالجة الوضع من قبلها أو رفعه لجهة الاختصاص
- ٦- التأكد من توفر معدات الإسعافات الأولية في مختلف الأقسام بما يكفل التعامل مع أي طارئ بشكل سريع.
 - ٣- التأكد من وضع لوحات إرشادية دالة على موقع المخارج بمكان بارز وتكتب بخط واضح
- 3- إعداد خطة الطوارئ والإخلاء في حالة الطوارئ و تدريب الموظفين على كيفية التصرف في حالات الطوارئ
 - 0- العمل على تطبيق خطة الطوارئ بشكل تجريبي لمرة واحدة على الأفل سنويا لقياس مدى استجابة
 - الموظفين للتعليمات وتطبيقها.
 - ٦- إبلاغ الدفاع المدني عن أي حالة تحدث وتتطلب التدخل في وقت حدوثها.
 - ٧- مراجعة إجراءات الآمن والسالمة بغرض تحسين الأداء ومعالجة الأخطاء

خطة الإخلاء والطوارئ

• أهداف الخطة -:

- ا حماية الأرواح والممتلكات.
- ٢- الاستعداد النفسي لمواجهة الأخطار.
 - ٣- معرفة أقرب طرق النجاة بالجمعية.
- ٤- التنظيم الجماعي للتصرف الأمثل وقت الطوارئ. .
- 0- تجنب الآثار الناجمـة عـن الفـزع وقـت الحـوادث ومـا يـؤدي بسببه حـدوث وفيـات وإصابـات نتيجـة الدهـس أثنـاء عمليــة الإخلاء.
 - ٦- التعامل مع الحدث بفاعلية.

الحالات التي تستوجب الإخلاء

- حوادث الحريق بأنواعها.
- حوادث التصدعات والانهيارات وتسربات المياه القوية التي يخشى أن تلحق ضررا بالمبنى.
- حـدوث حـدث مـا فــي المنشـآت أو الطرقـات المجـاورة للمبنــى يخشــى امتـداد ضـرره إلــى داخــل المبنــى

مثل: حـوادث الحريــق والانهيارات وتسـربات المــواد الكيميائيــة وخالفــه.

إجراءات تنفيذ خطة الإخلاء في حالات الطوارئ

بعد اكتشاف حدوث أي أمر يتطلب تنفيذ خطة الإخلاء تتم الإجراءات وفقا لما يلي:

- ا تفعيل الإنذار من قبل مكتشف الخطر في حال لم يكن الإنذار قد انطلق تلقائيا في حالات الحريق مثال.
 - ۲- ا شعار المتواجدين حول مكان الخطر و إبعادهم.
 - ٣- امباشرة الحدث بوسائل الإطفاء المتوفرة إن كان الحادث حريقا دون التعرض للخطر.
 - -3 فصل التيار الكهربائي عن منطقة الحدث.
 - ٥- التأكد من خروج كافة الموظفين وجميع الموجودين والتأكد من و صولهم نقطة التجمع.
 - -٦ إبلاغ الجهات المختصة: الدفاع المدني الشرطة الهلال الأحمر أو المحافظة .
- ٧- التوجه إلى منطقة التجمع والتأكد من عدم وجود مفقودين وذلك من قبل أعضاء فريق الأمن والسالمة.
 - - ٨ استقبال فرق الطوارئ ووصف الحادث لهم وتحديد موقعه وإخبارهم ما إذا كان هناك مفقودون.
- -9 تدوين الإيجابيات والسلبيات وأسباب الحادث وبحثها مع أعضاء الفريق في أول اجتماع لهم بعد انتهاء الحادث كدروس مستفادة.
- ١٠ يقوم نائب فريق الأمن والسالمة بعمل إحصائية بما نتج عن الحادث من خسائر وإصابات إن وجد و إبلاغ ذلك لرئيس الفريق.
 - ١١ متابعة إعادة الأوضاع أو إيجاد البديل الاستمرار العمل داخل الجمعية بالتنسيق مع الجهات المختصة بعد انتهاء حالة الخطر.

أنواع المخاطر في بيئة عمل

(جمعية طاقات الشباب)

- خطر الحرائق.
- خطر التعثر والسقوط.
 - خطر الارتطام.
 - خطر الكهرباء.