# دليل تعليمات السلامة و الصحة المهنية و حماية البيئة

# HSE Instruction Guideline

## الادارة العامة للسلامة والصحة المهنية وحماية البيئة

## Health & Safety and Environment

## المحتوى Content


| المحتوى | رقم الصفحة |
|---|---|
| المقدمة | 3 |
| سياسة السلامة والصحة المهنية والبيئة | 4 |
| الجزء الاول: قواعد الحفاظ على الحياة | 5 |
| الجزء الثانى : مخاطر بيئة العمل | 8 |
| الجزء الثالث: مخاطر الحرائق | 13 |
| الجزء الرابع: مهمات الوقاية الشخصية | 17 |
| الجزء الخامس: تعليمات السلامة فى بيئة العمل | 21 |
| 1. تعليمات السلامة فى الاماكن المغلقة | 21 |
| 2. تعليمات السلامة للقيادة الأمنة | 22 |
| 3. تعليمات السلامة فى الاعمال الكهربية | 23 |
| 4. تعليمات السلامة للعدد اليدوية | 24 |
| 5. تعليمات السلامة فى أعمال اللحام و القطع و التجليخ | 27 |
| 6. تعليمات السلامة فى أعمال السقالات | 29 |
| 7. تعليمات السلامة فى أعمال الرفع | 30 |
| 8. تعليمات السلامة فى التخزين | 33 |
| 9. تعليمات السلامة فى العمل على إرتفاعات | 35 |
| 10. تعليمات السلامة فى الاعمال الميكانيكية | 36 |
| 11. تعليمات السلامة فى تخزين اسطوانات الغازات المضغوطة | 39 |
| 12. تعليمات السلامة فى الترتيب و التنظيم | 41 |
| الجزء السادس: الابلاغ عن الحوادث | 42 |
| الجزء السابع: علامات التحذير الإرشادية | 44 |
| الجزء الثامن: خطة الطوارىء | 48 |
| الجزء التاسع: الاسعافات الاولية | 52 |
| الجزء العاشر : النظام العالمى الموحد لتصنيف وتوصيف الكيماويات | 53 |
| الجزء الحادى عشر: الأرجونومكس | 55 |

## Introduction المقدمة

تعتبر السلامة والصحة المهنية داخل شركة تكنولوجيا الاخشاب هما القناع الواقي لجميع العاملين بالشركة من الأخطار والحوادث داخل وخارج العمل ، وعليه لابد وان نكون جميعا على وعي كامل واقتناع بقيمة مفاهيم وأسس السلامة والصحة المهنية ، وذلك لتجنب حدوث الإصابات والحوادث داخل مواقع العمل المختلفة لأن هذه الحوادث والإصابات قد تكلفهم حياتهم في بعض الأحيان أو فقد عضو من أعضاء الجسد وذلك خلاف الخسائر المادية الفادحة المباشرة والغير مباشرة التي تنجم عن تصرفات بسيطة لكن بدون وعي ودراية بالأسلوب الأمثل لهذا العمل لكي يقي نفسه شر حدوث مثل هذه الأضرار لذا وجب على جميع العاملين بأن يضعوا شعارا أساسيا عند بداية أي عمل وهو (السلامة أولا ) .

مما سبق يتضح أن رسالة السلامة في المبدأ الأول هي الحفاظ على حياة الإنسان ووقايته ولذا يكون هدف السلامة هو الحفاظ على سلامة الفرد من أي خطر يمكن يحطه أو يراه داخل مكان تواجده ويمكن تحقيق هذا الهدف عن طرق عدة أساليب :

1- تحديد المخاطر التي يمكن أن يتعرض لها الفرد في العمل وخارجه من المخاطر المهنية .
2- كيفية أداء العمل أو الأعمال بطريقة سليمة وأمنه .
3- توضيح تأثير الحوادث والإصابات .
4- العمل على منع تقليل الحوادث والإصابات .
5- مراعاة عدم الإهمال في أداء العمل .
6- التعرف والعمل على حل المشاكل الشخصية والإجتماعيه للإفراد في العمل .
7- التدريب الكافي على أداء الأعمال الخطرة بمهارة وسهولة .
8- الوضوح الكامل عند اداء الأعمال .

لقد تم اعداد هذا الدليل ليكون مرجعا لجميع العاملين, ونتوقع من الجميع تحمل المسئولية فيما يخص صحة وسلامة بيئة العمل للأفراد والممتلكات التى تنطوى تحت مسئوليتهم.

إن رفع الوعي بالأمور المتعلقة بسلامة الأفراد والمعدات والوصول إلى بيئة عمل آمنة، يمكّن العاملين من ضمان سلامتهم وسلامة زملائهم، لينعكس ذلك بشكل إيجابي على زيادة الإنتاج والحفاظ على استمراريته.

# سياسة السلامة والصحة المهنية و حماية البيئة

ووتك كقيمة عالمية في مجال إنتاج الخشب متوسط الكثافة؛ تلتزم تماما بتنفيذ جميع أنشطتها بجودة عالية وبطريقة مستدامة من خلال متابعة التحسين المستمر في جميع جوانب أنشطة الشركة وذلك لتحقيق والمحافظة على إرضاء العملاء والمساهمين وجميع الأطراف المعنية.

ووتك تلتزم بمبادئ والتزامات السلامة والصحة المهنية والاداء البيئي التي تشكل الاطار العاملللعمل وتفي بمتطلبات الادارة والعاملين والمقاولين والمجتمع مع تطبيق نظم إدارة السلامة والصحة المهنية وحماية البيئة والقاية من أخطار الحريق مما يؤدي الي التحسين و التطويرالمستمر للاداء.

كمنظمة مسئولة لديها نهج متكامل لجميع نظم الإدارة المعمول بها، والتي تناسب وتعزز أنشطة الشركة المختلفة في جميع العمليات الإنتاجية وذلك من خلال المشاركة الفعالة والالتزام والمسئولية من جميع الموظفين والمقاولين.

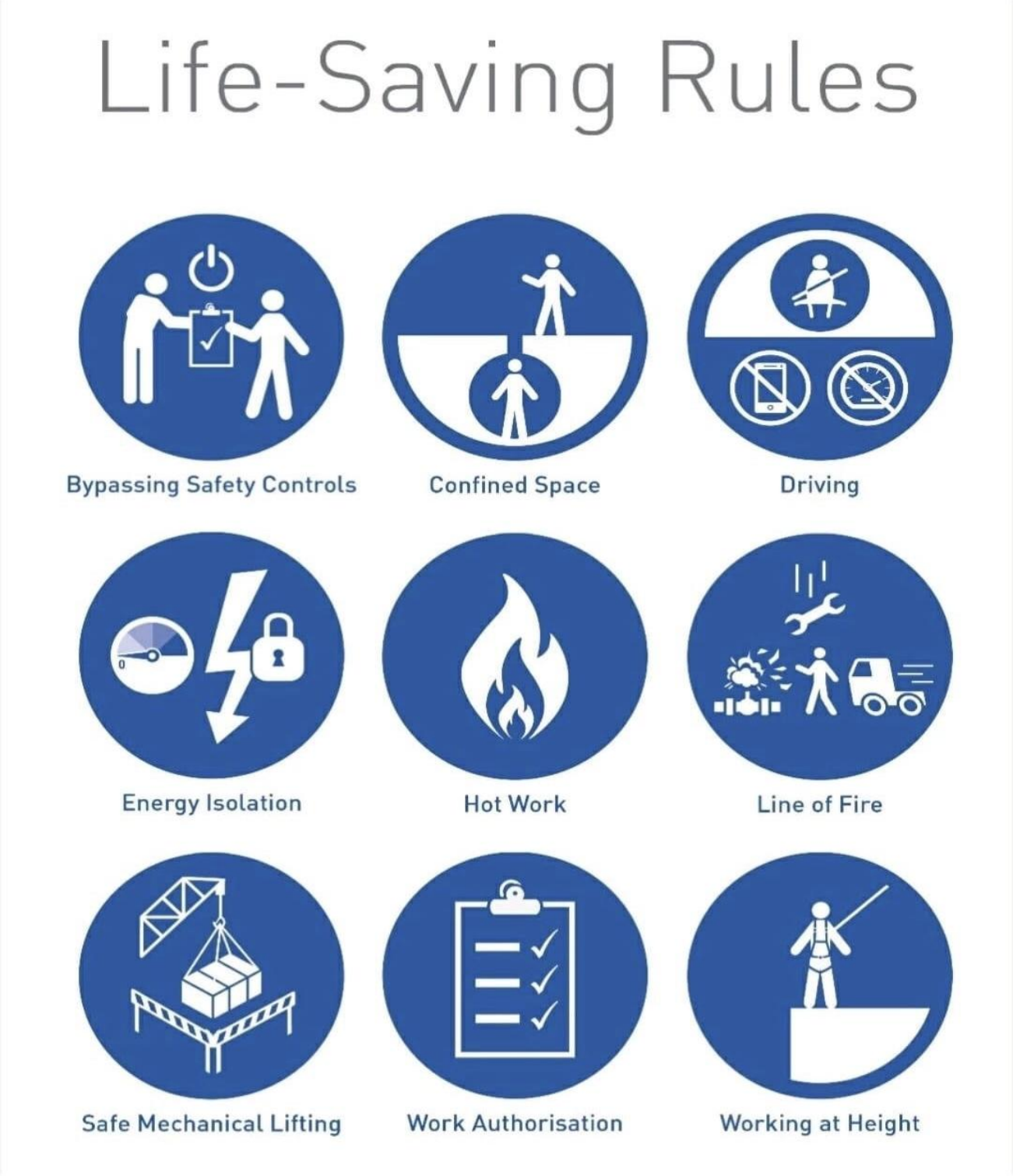
وكجزء من الالتزام بالتركيز على العملاء والتحسين المستمر والالتزام بالمتطلبات القانونية والتنظيمية وأي متطلبات أخرى؛

ووتك تلتزم بما يلي:

- تنفيذ جميع الأعمال بجودة عالية واستخدام أمثل للموارد بما يحقق: حماية البيئة، منع التلوث توفير بيئة عمل امنة وصحية لمنع الاصابات الناتجة عن العمل وكذلك الامراض المهنية وادار المخاطر المتعلقة بالاعمال المختلفة والتحكم فيها.
- الحفاظ على بيئة العمل صحية آمنة، منع الحوادث والإصابات في أماكن العمل، ترشيد الطاقة، حفظ المعلومات ومعالجة نقاط الضعف بالأنظمة لتجنب جميع أنواع الخسائر.
- تنفيذ جميع الأعمال بنزاهة وأخلاقية. اتخاذ نهج عدم التسامح مع الرشوة والفساد. وفرض أنظمة فعالة لمواجهة الرشوة.
- اختيار العاملين المؤهلين بشكل جيد واستمرار تدريبهم لضمان قدرتهم على تنفيذ العمل بجودة عالية تتلاءم مع النظم الإدارية بالشركة وتحقق اهدافها.
- إدارة مخاطر الاعمال والرشوة والمخاطر المالية والبيئية وأمن المعلومات والاجتماعية والالتزامات والفرص وتأثيراتها على الأرباح، والأفراد والمجتمع ودعم التصميمات التي تؤدي للحفاظ على الطاقة ودعم شراء المنتجات أو الخدمات ذات الكفاءة في استخدام الطاقة وتشجيع العمل بمبدأ الاقتصاد الأخضر لضمان الاستدامة.
- إتاحة المعلومات والموارد اللازمة للجهات ذات الصلة لتحقيق أهداف المنظومة المتكاملة لإدارة الطاقة.
- توعية العاملين بالفارق بين الحادث الجسيم والحادث غير الجسيم والحوادث الناتجة عن تجاهل سلامة العمليات وأهم الحوادث المتعلقة بسلامة العمليات والدروس المستفادة منها وكيفية تطبيقها.

## الجزء الاول

## قواعد الحفاظ على الحياة Life Saving Rules



## 1- تشغيل المعدات بأمان:

- الحصول على تصريح العمل قبل بدء الاعمال .
- الألتزام بقواعد الأمن والسلامه.
- الألتزام باجراءت التشغيل الموصى بها.
- الفحص الدورى للمعدات.
- المتابعه ووضع منظومه للتدقيق.
- عمل تحليل مخاطر لكل الأعمال القائمه (JHA)

## 2- عزل مصادر الطاقه:

- يجب عزل مصادر الطاقه عن المعده أثناء أعمال الصيانه والفحص.
- اختبر المعده المعزوله للتأكد من صحه العزل.
- يجب التأكد من عمليه عزل مصادر الطاقة من الادارات المعنية بذلك.
- يفضل استخدام عزل مصادر الطاقة (Flange blinds\LOTO) لتجنب احتمالية تسريب البلوف.
- لا يجوز فك العزل الا بعد انتهاء كافه الاعمال من قبل واضعي العزل.

## 3- الاعمال الساخنة:

- يجب اصدار تصريح عمل ساخن .
- مراعاة قياس الغازات بصفة مستمرة.
- رجل كفء لاداء مثل تلك الاعمال .
- وسيلة اطفاء مناسبة فى مكان العمل .
- وجود مراقب سلامة بصورة دائمة لمتابعة الاعمال.
- الالتزام بمهمات الوقاية الشخصية المناسبة .

## 4- محيط الخطر:

- التأكد من ان الاعمال التى تقوم بها لا تشكل خطر للاخرين.
- تجنب العمل و المرور أسفل الحمل المعلق .
- عند العمل على ارتفاعات يتم غلق المنطقة تحت السقالة و عدم تواجد اى من العمال اسفل العمل تجنبا لسقوط الاشياء من اعلى .
- الالتزام الكامل بمهمات الوقاية تجنبا لعدم التعرض للاصابة .
- التأكد من صلاحية العدد اليدوية قبل الاستخدام و استبعاد الغير صالح منها .
- تأمين منطقه العمل بشرائط تحذيريه اوبطريقه مناسبه.

## 5- تصاريح العمل:

- لابد من اصدار تصريح العمل قبل بداية اى أعمال.
- اصدار التصريح في مكان العمل مع الاحتفاظ بصورة مع القائم بالعمل.
- التأكد من وجود جميع الاجراءات الوقائية فى تصريح العمل لاتمام الاعمال بشكل آمن.

## 6- اعمال الرفع الامنه:

- يجب وضع شريط تحذير حول منطقه عمل الونش.
- ممنوع الوقوف تحت الحمل نهائيا.
- التاكد من الفحص السنوى للونش.
- فحص الونش يوميا قبل الاستخدام.
- التركيز الجيد اثناء عمليه الرفع.
- الالتزام بجدول احمال الونش.

## 7- الأماكن المغلقه:

- لابد من أصدار تصريح عمل.
- تحديد الأشخاص المصرح لهم بالدخول.
- عمل الكشف الطبى اللازم للتاكد من صلاحيتهم للدخول.
- عمل خطه انقاذ مناسبه للتعامل مع الظروف الطارئه.
- التأكد من صلاحيه أجهزه قياس الغازات ومعايرتها.
- التاكد من عزل المكان المغلق عن مصادر الطاقه عن طريق (Flange blinds\LOTO).
- غلق المكان المغلق بحواجز صلبه خلال فترات الراحه أوعدم الاستخدام.

## 8- العمل الامن على الارتفاعات:

- العمل على الارتفاعات يبدأ من 180 سم.
- يجب توفير وسائل منع السقوط المناسبه عند العمل على الارتفاعات.
- التاكد من صلاحيه السقالات قبل استخدامها من خلال كارت التعريف بها.
- يجب فحص السقالات بصفه دوريه حسب الاجراءت المتبعه.
- فحص الاحزمه المستخدمه والادوات المصاحبه لها بصفه دوريه.
- تدريب العاملين على الارتفاعات التدريب المناسب.

## 9- القيادة الامنه:

- فحص السيارات والمعدات قبل الدخول للموقع.
- التأكد من صلاحيه رخصه المعده \ السيارة.
- التأكد من صلاحيه رخصه السائق.
- التنبيه بالالتزام بالسرعات المقرره.
- الالتزام باشارات التوجيه والعلامات الأرشاديه .
- الوقوف فى الأماكن المخصصه لعدم أعاقه حركه سيارات الطواريء.
- التنبيه على قائد المركبه بكيفيه التصرف فى حالات الطوارىء.
- اتباع نظام ادارة خطة الرحلة الامنه.

## الجزء الثانى

# مخاطر بيئة العمل

1. **المخاطر الفيزيائية:**

هى مخاطر العمل الطبيعية؛ والتى يمكن التحكم بها من خلال وسائل واجراءات الوقاية المختلفة؛ كونها معروفة ومحددة وقابلة للقياس والكشف عنها؛ وبالتالى التحكم بها.

وتوجد المخاطر الفيزيائية فى بيئة العمل؛ وتؤثر سلبا على صحة وحياة العاملين؛ فى حال تجاوزها الحدود المسموح بها؛ ومنها:

## 1.1 الوطأة الحرارية:

يقصد بها ارتفاع درجة الحرارة المحيطة بالانسان عن الحد الذى يتحملة؛ مما يعرض حياتة لمخاطر عديدة؛ تعرف ايضا بالأجهاد الحرارى. وللوقاية منها يجب اتباع تعليمات السلامه فى التحكم فى الوطأة الحرارية؛ وهى كالتالى:

- تقييم درجات الحرارة ببيئة العمل والقياسات الدورية.
- توفير أماكن ذات جو ملائم للعمال لقضاء فترات راحة.
- التوعية الصحية للعمال وضرورة توفير مياة الشرب.
- اتباع طرق التحكم الهندسى فى العمليات الصناعية.
- التهوية والتبريد الموضعى.
- تقليل تسرب بخار الماء الى جو العمل والتحكم فى نسبة الرطوبة.

## 2.1 الضوضاء:

هى الصوت غير المرغوب فية؛ والذى يتعرض لة العاملين بصفة مستمرة؛ وهى خليط من الأصوات التى تنتشر فى جو العمل؛ وتسبب على المدى الطويل ضعفا تدريجيا فى قوة السمع؛ وربما انتهى الى الصمم الكامل. وللوقاية منها يجب اتباع تعليمات السلامه فى الوقاية من أضرار الضوضاء ؛ وهى كالتالى:

- عزل الاعمال التى يصدر عنها الضوضاء.
- الحد من مدة تعرض العامل للضوضاء.
- زيادة فترات الراحة من حيث عددها ومدتها.
- تثبيت الماكينات فوق قواعد ممتصة للصوت للحد من الذبذبات.
- العناية بإجراء الكشوف الطبية الدورية بهدف اكتشاف وتحديد مدى التأثيرات الضارة للضوضاء على العاملين.
- توعية العاملين بأساليب حماية أنفسهم من الآثار الضارة للضوضاء.
- توفير واستخدام مهمات الوقاية الشخصية مثل سدادات وأغطية الاذن.
- يتم تقييم الضوضاء و قياسها بشكل دورى طبقا لخطة القياس الموضوعه.

### 3.1 الأشعاعات الضارة والخطرة:

يعرف الأشعاع بانة اصدار طاقة على شكل جسيمات أو موجات من مصادر طبيعية أو عمليات صناعية.

وللوقاية منها يجب اتباع تعليمات السلامه فى الوقاية من أضرار الاشعاعات ؛ وهى كالتالى:

- تقليل زمن التعرض (الزمن الذي يقضيه الشخص بجوار مصدر الإشعاع) بالتالي سوف تقل كميات الإشعاع التي يتعرض لها الشخص.
- كلما زادت المسافة بين الشخص وبين المصدر المشع قلت نسبة التعرض (حسب قانون التربيع العكسي).
- يجب أن يكون جميع العاملين علي علم ودراية من مخاطر المواد المشعة التي يتم التعامل معها.
- ضرورة استخدام معدات الوقاية الشخصية اللازمة للحماية من مخاطر الإشعاع : القفازات – النظارات – البلاطي.
- إعلام الجميع لإخلاء المكان الذي حدث به التسرب.

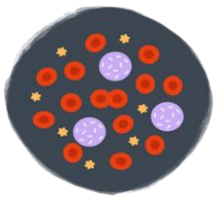
### 2. المخاطر الميكانيكية:

هى المخاطر التى تنشأ من الاصطدام بين جسم العامل وجسم صلب. وهى تقدم أمثلة للمخاطر بأنوعها المختلفة. ويجب استخدام دليل تشغيل الماكينة لانة أكثر مصادر المعلومات المتوافرة عن التشغيل الأمن لها. وللوقاية منها يجب اتباع تعليمات السلامة الخاصة بالمخاطر الميكانيكية ؛ وهى كالتالى:

- الأجهزة والألات يجب أن تكون مطابقة للمواصفات القياسية ومزودة بوسائل الوقاية الذاتية.
- تحاط الأجزاء المتحركة وأجهزة نقل الحركة والأجهزة الخطرة من الماكينات؛ سواء كانت ثابتة أو متنقلة بحواجز الوقاية المناسبة.
- عدم السماح لأي شخص بإزالة أو تركيب أي من أجهزة الوقاية، إلا إذا كانت الماكينة متوقفة.
- أن تجري الصيانة الدورية الازمة للألات والأجهزة والماكينات، بواسطة فنيين متخصصين مدربين.
- أن تتخذ الاحتياطات اللازمة لوقاية العاملين من أخطار الشظايا المتطايرة، أو الأجسام الحادة بطرق الأمان المناسبة لهذا الغرض.

### 3. المخاطر البيولوجية:

تعرف بأنها خطر إصابة العامل بالفيروسات، والبكتيريا، والفطريات، والطفيليات بسبب العمل أو التعرض للكائنات الدقيقة الحية المعدية كما يحدث فى العديد من المهن. وللوقاية منها يجب اتباع تعليمات السلامة الخاصة بالمخاطر البيولوجية ؛ وهى كالتالى:



- الفحص الطبي الابتدائي والفحص الطبي الدوري.
- الحفاظ على سلامة ونظافة البيئة.
- التثقيف الصحي والوقاية الخاصة.
- ملابس وأجهزة الوقاية الشخصية للحد من التعرّضات البيولوجية.

### 4. المخاطر الكيميائية:

هى المخاطر التي تنجم عن التعامل مع المواد الكيميائية، في جميع صورها الغازية والصلبة والسائلة. وللوقاية منها يجب اتباع تعليمات السلامة الخاصة بالمخاطر الكيميائية ؛ وهى كالتالى:

السلامة
أولًا
YAMHAD

SAFETY
STARTS
WITH
ME
WSH COUNCIL ©

## الجزء الثالث

# مخاطر الحرائق

*معظم الحرائق تبدأ على نطاق صغير، وتنشأ من مستصغر الشرر، بسبب إهمال في اتباع طرق الوقاية. وسرعان ما تنتشر إذا لم يُبادر بإطفائها، مخلفة خسائر ومخاطر فادحة في الأرواح والممتلكات، لكي يحدث الاشتعال لابدّ من اتحاد وتفاعل المكونات الآتية:

1. الوقود: ويوجد في صورة صلبة مثل (الخشب والورق والقماش) والحالة السائلة وشبه السائله مثل (الشحوم بجميع أنواعها والزيوت والبنزين والكحول) والحالة الغازية مثل (غاز البيوتان والأستلين والميثان).
2. الحرارة: أي بلوغ درجة الحرارة إلى الدرجة اللازمة للاشتعال ومصدرها الشرر واللهب والاحتكاك وأشعة الشمس.
3. الأكسجين: يتوافر الأكسجين في الهواء الجوي بنسبة 19 إلى 21 %.
4. التفاعل الكيميائى المتسلسل: يستمر الحريق فى الأشتعال طالما العناصر الثلاثة (الوقود-الحرارة-الأكسجين) موجودة بالنسب الصحيحة, وينتج من هذة العناصر مواد كيميائية فعالة تعرف بالشقوق الطليقة (free radicals) والحريق يستمر ويعرف بالتفاعل الكيميائى المتسلسل.

* تقسم الحرائق من حيث نوع وخواص المواد القابلة لاشتعال. والتي يترتب عليها اختيار نظرية ومادة الإطفاء المناسبة .إلى أربعة أقسا م رئيسية هي كما موضحة بالصورة التالية:

## اختيار أنسب طفاية للحريق

*** طفايات الحريق و استخدامها:**

تم تصميم طفايات الحريق لاخماد أو السيطرة على الحرائق الصغيرة . التى إذا لم يتم السيطره عليها فورا سرعان ما ستخرج خارج نطاق السيطرة. في الواقع، معظم الحرائق الكبيرة تبدأ من تلك الصغيرة. ومن المهم أن تقوم بتجهيز مكان عملك بطفايات الحريق المناسبة كجزء من خطة الوقاية من الحريق الخاصة بك وهذا أيضا منصوص عليه في القانون . لكي تكون طفاية الحريق فعالة يجب أن تتحقق الشروط التالية:-

1. يجب أن تكون الطفاية مناسبه لهذا النوع من الحرائق
2. يجب أن تكون قريبة حيث يمكن الوصول إليها بسهولة.
3. يجب أن تكون في حالة عمل جيدة
4. الشخص الذي يستخدم الطفاية يجب أن يكون مدرب بشكل صحيح
5. توضع في مكان يسهل الوصول إليه . لا يوجد حطام أو مواد مكدسة أمامه
6. مسمار الأمان في مكانه وسليم. ولاينبغي أن تستخدم أي شيء آخر بدلا من المسمار
7. الملصق واضح ونوع الطفاية والتعليمات واضحة ويمكن قراءتها.
8. اليد سليمة وليست منحنية أو مكسورة.
9. مؤشر الضغط في المساحة الخضراء وغير معطوب أو يشير لاحتياجها للشحن
10. خراطيم التفريغ / فوهة هي في حالة جيدة وليست بها انسداد، مشقوقة، أو مكسره

11. لا يوجد تأكل بجسم الطفاية

12. يجب أن تكون معلقة

*** كيفية استخدام طفايات الحريق:**

معظم النار من مستصغر الشرر

**Personal Protective Equipment (PPE)** **مهمات الوقاية الشخصية**

# الجزء الرابع

## مهمات الوقاية الشخصية Personal Protective Equipment (PPE)

1. يجب تحديد نوع المخاطر في أماكن العمل أولا ثم يتم بعد ذلك تحديد معدات الوقاية المطلوب استعمالها.
2. يجب استخدام معدات الوقاية الشخصية المعتمدة من السلطات المحلية وتكون متوافقة مع American National Safety Institute (ANSI)
3. يجب ارتداء معدات السلامة للوقاية الشخصية بطريقة تلائم الشخص المستعمل لها Properly Fitting.
4. يجب اجراء فحص طبي للعاملين الذين تستدعي طبيعة عملهم استخدام أجهزة التنفس، ويتم تكرار هذا الفحص سنويا.
5. يجب تدريب جميع العاملين الذين يطلب منهم استعمال معدات الوقاية الشخصية علي الطريقة الصحيحة لإستعمال هذه المعدات وذلك بواسطة المسئولين المباشرين لهم.

*** معدات الوقاية الشخصية:**

**1- وقاية الرأس: Head Protection**

- تستخدم الخوذة الصلبة المعالجة بالبلاستيك لحماية الرأس ومقاومة الصدمات الثقيلة دون أن تنكسر كذلك تقاوم الإختراق بواسطة الأجسام الساقطة.

- الخوذة مزودة من الداخل برباط وبطانة بلاستيكية يتم ضبطها لتناسب حجم الرأس وفائدة هذه البطانة أنها تمتص صدمة الأجسام الساقطة علي الخوذة من الخارج حيث توجد مسافة أمان بين هذه البطانة وجسم الخوذة.

- قبل استخدام الخوذة يجب التأكد من سلامتها وعدم وجود تشققات أو صدمات بها وأن الأربطة والبطانة غير ممزقة.

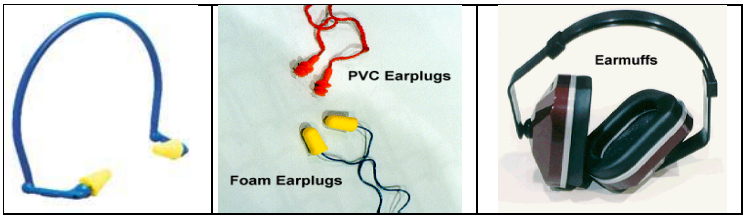
**2- وقاية العين والوجه: Face & Eye Protection**

- لوقاية العين والوجه من المخاطر الكيميائية والميكانيكية يجب ارتداء النظارات الواقية Safety Goggles أو النظارات الزجاجية الواقية Safety Glasses أو حامي الوجه Face Shield.

- ومن أمثلة الأعمال التي تتطلب استخدام أجهزة وقاية العين والوجه:

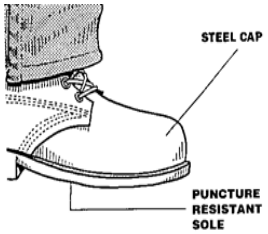
| | |
|---|---|
| 1- أعمال الجلخ / التقطيع | Chipping / Grinding |
| 2- تداول المواد الكيميائية | Chemicals Handling |
| 3- عمليات الأفران | Furnaces Operations |
| 4- الأعمال التي ينشأ عنها غبار | Dust Generation |
| 5- أعمال اللحام | Welding Operations |

**3- واقي الأذن: Ear Protection**




- يجب علي جميع العاملين الذين يعملون في أماكن عالية الضوضاء وتزيد شدتها عن 85 ديسيبل ارتداء معدات وقاية الأذن حتي لا يتعرضوا لفقد حاسة السمع لديهم تدريجيا مع طول فترة التعرض لهذه الضوضاء حتي يمكن أن يصلوا إلي درجة يفقدوا فيها سمعهم نهائيا.

**4- وقاية القدم: Foot Protection**

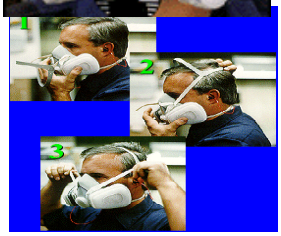



- من أكثر الإصابات التي يتعرض لها العاملون في الأماكن الصناعية هي إصابات القدم ، لذلك يجب استمرار ارتداء أحذية السلامة لحماية القدم.

**- من أنواع أحذية السلامة:**

- أحذية سلامة جلدية تكون مقدمتها مغطاة بالصلب لحماية الأصابع من خطر الأشياء الساقطة كذلك توجد قطعة من الفولاذ بين النعل للحماية من مخاطر الإختراق بواسطة المواد الحادة مثل المسامير.
- أحذية سلامة مطاطية طويلة للعمل بالأماكن المبتلة بالمياه دائما ويستعملها كذلك العاملين في مجال الكهرباء حيث توفر لهم حماية كبيرة ضد الصعق بالتيار الكهربائي وتستعمل كذلك في الأماكن الموجود بها مواد قابلة للإشتعال.

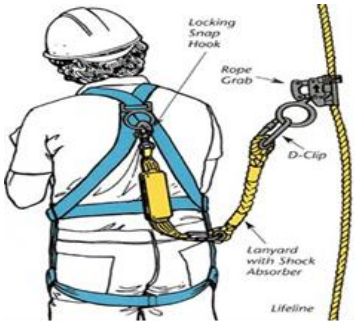
## 5- وقاية الجهاز التنفسي: Respiratory Protection




- تستعمل أجهزة التنفس المختلفة لتمكين الشخص الذي يرتديها من العمل في أماكن تكون نسبة الأوكسجين فيها غير كافية لعملية التنفس وتسبب خطر علي الحياة ، أو أماكن بها غازات سامة أو أتربة تضر بالصحة ، ويتم اختيار أجهزة التنفس المناسبة للعمل بعد التعرف علي طبيعة المواد التي يتعرض لها العاملون ودرجة خطورتها وبعد إجراء القياسات اللازمة لنسبة الأوكسجين.
- بعد أن يتم اختبار جهاز التنفس المناسب لنوع الخطر في مكان العمل ، يجب اجراء اختبار للتأكد من ملائمة هذا الجهاز للشخص الذي سوف يستعمله والتأكد من عدم دخول المواد السامة من خلال أربطة القناع (Seals) وهذه الفحوصات يتم أجراؤها قبل الدخول لمكان العمل مباشرة.

- يجب إجراء فحص طبي علي جميع العاملين الذين تستدعي طبيعة عملهم استخدام أجهزة التنفس ويتم استبعاد الأشخاص الذين يشتكون من (أمراض الصدر المزمنة – أمراض القلب – أمراض ضيق التنفس – ضعف السمع).

## 6- الحزام الواقي وحبل الإنقاذ: Safety Belts and Life Line




- تستخدم أحزمة السلامة وحبل الإنقاذ عند العمل في أماكن مرتفعة وذلك لتأمين العامل من خطر السقوط ، ويتم حاليا إستخدام حزام الباراشوت بدلا من إستخدام الحزام العادى.
- في حالة العمل داخل الأماكن المغلقة أو الخزانات يتم استخدام حزام سلامة خاص Safety Harness وحبل إنقاذ وذلك حتي يمكن إخراج العامل في وضع مستقيم لا يعرضه للإصابة عند إخراجه في حالات الطوارئ.

## 7- وقاية اليد: Hand Protection

- يستخدم لحماية الأيدي القفازات الواقية Safety Gloves وهناك عدة أنواع منها علي النحو التالي:

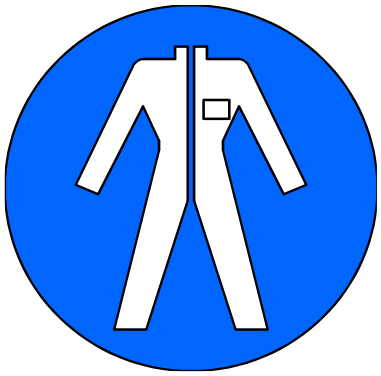
1- القفازات الواقية المصنوعة من القماش والجلد المدبوغ وتستخدم لحماية الأيدي من الشظايا والأجسام الحادة عند مناولة المواد التي بها أطراف حادة.

2- القفازات الواقية المصنوعة من المطاط أو البلاستيك PVC OR LATEX Gloves وتستعمل لحماية الأيدي أثناء مناولة المواد الكيميائية كالأحماض والقلويات كذلك قفازات NEOPRENE .

3- تستخدم القفازات المقاومة للحرارة Heat Resistance Gloves عند العمل علي المعدات الساخنة مثل أنابيب البخار أو لإمساك الأواني الزجاجية الساخنة بالمعامل وأثناء عمليات اللحام.

**8- حماية الجسم: Body Protection**

- تستخدم الأوفرهولات والمرايل الواقية عند العمل بالقرب من الماكينات وفي الورش.
- تستخدم المعاطف والبدل الواقية المصنوعة من البلاستيك للحماية من مخاطر المواد الكيميائية مثل الأحماض والقلويات.



مهمات الوقاية الشخصية هي خط الدفاع الاخير من المخاطر المختلفة

**الجزء الخامس**

## تعليمات السلامة فى الاماكن المغلقة Confined Space Entry

* الأماكن المغلقة هى الأماكن التى تكون مغلقة بإستمرار وهى كبيرة الحجم ولها وسائل دخول محددة وغير مصممة للعمل أو التواجد بها بصفة مستمرة.

* الأماكن المغلقة التى تحتاج إلى تصريح عمل لدخولها هى:

المانهولات, أنابيب المجارى, خزانات البترول, صوامع الغلال, الأنفاق, حاويات السفن, الخزانات الأرضية, الغلايات, خطوط الأنابيب, الحفر, الآبار.

* من أهم الأعمال الواجب القيام بها قبل الدخول للمكان المغلق هو فحص الجو المحيط داخل مكان العمل وتهوية المكان المغلق ويتم إجراء التهوية الميكانيكية بواسطة شفاطات الهواء المناسبة ويفضل أن تدار هذه الشفاطات بواسطة الهواء المضغوط, مع توفير مستويات الإضاءة الجيدة التى تتناسب مع الاعمال .

*** مسئولية الأشخاص الذين سوف يدخلون للمكان المغلق:**

أ- قبل الدخول التأكد من أن نسبة الأكسيجين لا تقل عن 19.5% .

ب- نسبة الأبخرة القابلة للإشتعال لا تزيد عن 10% .

ت- تركيز المواد السامة أقل من الجرعات المقررة والمسموح بها .

ث- التأكد من أن جميع المحابس مغلقة ومؤمنة كذلك جميع التوصيلات الكهربائية معزولة ومؤمنة .

ج- توفير جميع مهمات الوقاية الشخصية المطلوبة لأداء العمل بأمان .

ح- توفير طريقة إتصال مناسبة مع الأشخاص خارج المكان المغلق .

خ- مغادرة المكان فورا فى حالة وقوع حالات طارئة .

*** مسئولية الشخص المكلف بالمراقبة خارج المكان المغلق:**

أ- التواجد عند فتحة الدخول مستعداً للتصرف فى حالات الطوارىء ولا يتم تكليفه بأداء أية أعمال سوى المراقبة .

ب- أن تكون لديه المعرفة والدراية بإستخدام أجهزة التنفس المزودة للهواء كذلك إستخدام معدات إطفاء الحرائق .

ت- أن يقوم بمراقبة حبال الإنقاذ المربوط بها العاملين داخل المكان المغلق والتنبيه للإشارات الواردة منهم سواء بواسطة هذه الحبال أو بأية وسيلة إتصال أخرى .

ث- مراقبة المحابس والمفاتيح المغلقة بصفة مستمرة .

ج- المحافظة على المكان المجاور للمكان المغلق خالياً من جميع العوائق .

ح- الطلب من العاملين داخل المكان المغلق مغادرته فوراً فى حالة وقوع أية حالات خطرة .

خ- طلب المساعدة من فرق الطوارىء والإنقاذ فى حالة ضرورة إنقاذ وإخراج أى شخص من داخل المكان المغلق .

## تعليمات السلامة للقيادة الأمنة Road Safety

1. الإلتزام بالتعليمات واللوائح المرورية الخاصه بالقانون المصري .
2. يجب الإلتزم بعمل نموذج الرحلة الأمنة قبل السفر.
3. يجب أن تكون السيارة معتمده من قبل ( الميكانيكا _ السلامة )
4. الإلتزام بحدود السرعة المقررة.
5. يجب فحص الإطارات والتأكد أنها نفس حجم المداس وعمق النقشه لايقل عن ( 2مم ) وأن يكون ضغط الهواء مناسباً
6. يجب علي السائق فحص السيارة ( زيت الموتور – زيت الفرامل والدبرياج ومستوي ماء الريداتير و ماء المساحات )
7. تجنب قيادة السيارة أثناء الإرهاق أو التعب النفسي أو الشعور بالنوم ويجب الا تقل عدد ساعات الراحه من ( 6 : 8 ) ساعات في اليوم.
8. الإلتزام بالسفر بحد اقصي 12 ساعة في اليوم من أول ضوء الي أخر ضوء مسافة لا تزيد عن 700 كليو متر.
9. أثناء القيادة يجب الا تزيد مدة القيادة علي الطريق عن ساعتين ولا تقل مدة الراحة عن 15دقيقه
10. الإهتمام بالصيانة الدورية للسيارة وفحص السيارة قبل السفر.
11. الاهتمام بالتدريب المتخصص للسائقين لرفع الكفاءة والتوعية ( القيادة الدفاعية الامنة ).
12. أثناء القياده يمنع الاتي ( استخدام الهاتف – التدخين – يمنع تعاطي الكحوليات – يمنع تعاطي المخدارات)
13. مراعاة السائق للظروف الجوية والجغرافية للطرق كالمطر أو انعدام الرؤية بسبب الضباب أو الغبار فعلى السائق أن يراعي مثل هذه الظروف الجويه أثناء قيادته للسيارة مضاعفة مسافة الامان ويمنع السفر في الظروف المناخية السيئه

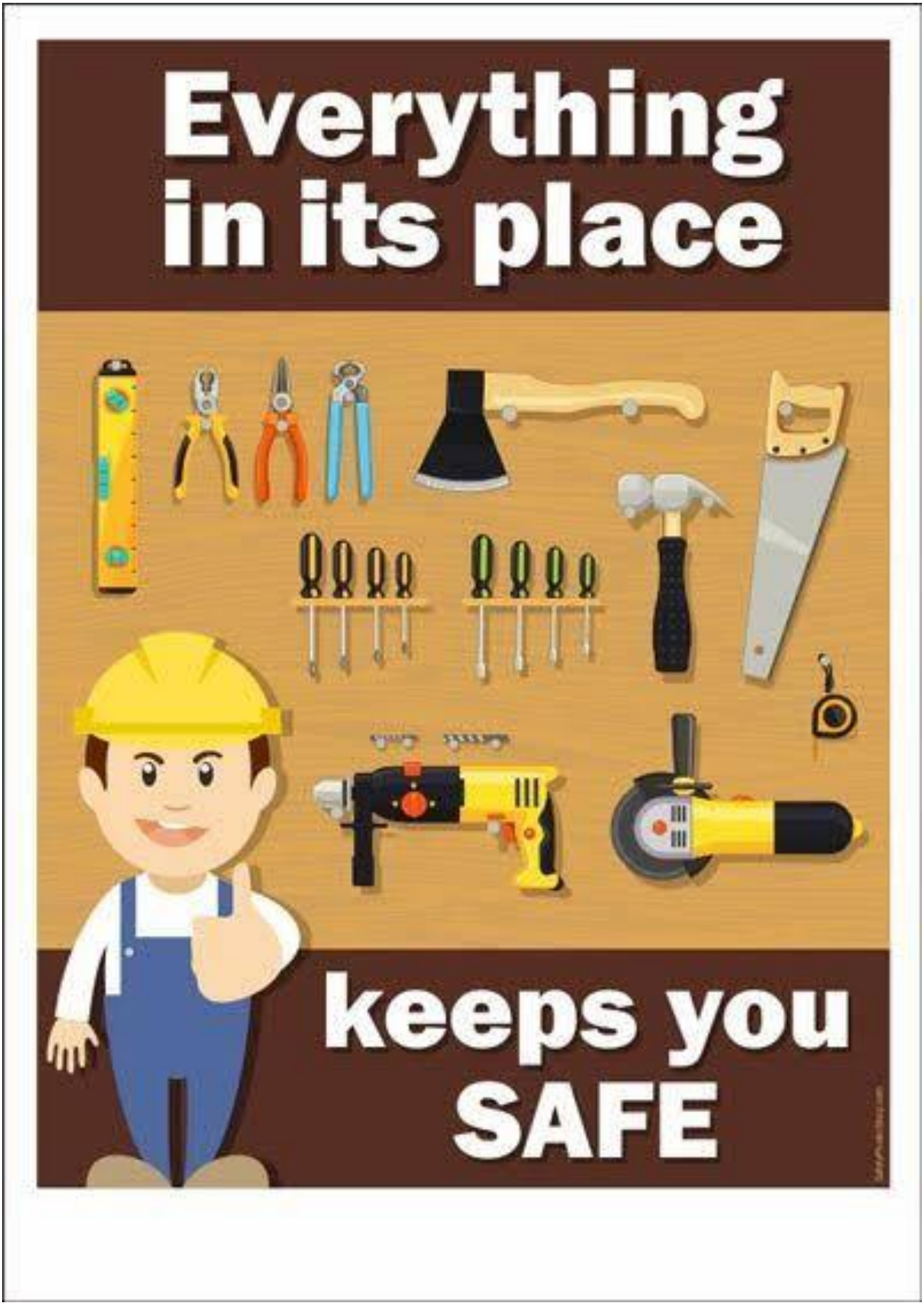
## تعليمات السلامة للادوات الكهربية Electrical Tools

1. يجب على العاملين في مجال الكهرباء ارتداء مهمات الوقاية الشخصية المناسبة أثناء العمل.
2. وضع أسلاك التوصيلات الكهربائية في مواسير معزولة من الداخل.
3. يجب أن تكون الأسلاك والكابلات المستخدمة في التوصيلات الكهربائية مناسبة للتيار المار بها وتوصيل الهياكل المعدنية للأجهزة الكهربائية بالأرض .
4. يجب أن يراعى فى وضع لوحات توزيع المفاتيح الكهربائية أن تكون خارج الغرف التي تحتوى على أبخرة أو أتربة أو مواد أو غازات قابلة للاشتعال
5. يجب وضع الأجهزة الكهربائية في أقل مساحة ممكنة أو في حجرة خاصة بها, وإذا وضعت في العراء فيجب تسويرها بالحواجز الواقية لمنع الاقتراب منها.
6. توصيل الأجهزة والمعدات بمجمع ارضي استاتيكى ( من النحاس ) مناسب لتفريغ أي شحنات فور تولدها.
7. يجب أن تكون المفاتيح المستخدمة داخل مخازن المواد الكيميائية من النوع المعزول المانع للشرر.
8. لا تلمس أي مفاتيح كهربائية أو أجهزة كهربائية ويدك رطبة أو كنت تقف على سطح مبلل لان ذلك يشكل خطورة بالغة عليك
9. يجب إجراء صيانة دورية للأجهزة الكهربائية وعند اكتشاف أي عطب بها واستبدل المقابس والمفاتيح الكهربائية المكسورة فوراً.
10. لا تلمس او تمسك أية أجهزه كهربائية بيد واحده فى الوقت الذي تلمس فيه اى سطح قد يكون موصلا كهربائيا مثل خطوط المياه .
11. ضع أغطية السلامة على المقابس الكهربائيه الغير المستعمله .
12. يجب استخدام معدات الاطفاء اللازمة لمكافحة حرائق الكهرباء باستخدام طفايات $CO_2$ .
13. لا تتغاضى عن الأجزاء المتآكله في الأسلاك الكهربائيه وقم بتبديلها فورا أو تغطيتها بشريط عازل بصفه مؤقته لحين تبديلها
14. يجب أن يتدرب العاملين في مجال الكهرباء على إستخدام طفايات الحريق المناسبه للإستعمال في حرائق الكهرباء, وهي طفايات البودره وطفايات ثاني أكسيد الكربون و طفايات الهالون ، مع الأخذ في الإعتبار عدم إستخدام الماء أو الطفايات التى تحتوي على الماء إطلاقا في إطفاء الحرائق التى تحدث في المعدات الكهربائيه.
15. في حالة إصابة أي شخص بصدمه كهربائيه يجب عدم ملامسته على الإطلاق والقيام أولا بفصل التيار الكهربائي وإبعاد الشخص عن مصدر التيار الكهربائي بواسطة لوح أو قطعه من الخشب أو ماده عازله أخرى ، وبعد ذلك إجراء الأسعافات الأوليه.

## تعليمات السلامة للعدد اليدوية Hand Tools

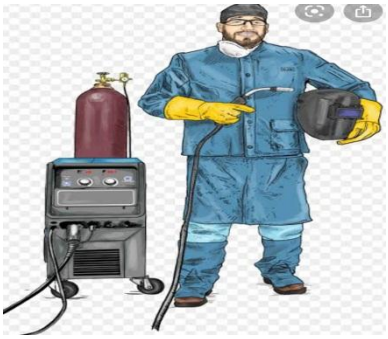
1. لا تستعمل أبدا عدة غير ملائمة للعمل ، يجب الحصول علي العدة الملائمة.
2. يجب التفتيش الدوري على العدد اليدوية للتأكد من صلاحيتها وسلامتها للعمل ويجب إصلاح العدد التالفة وإذا تعذر ذلك يتم تكهينها
3. يجب إبعاد أية عدد أو معدات تالفة أو غير سليمة وعدم استعمالها مطلقا ووضع لافتة عليها تفيد بذلك حتي لا يستعملها شخص آخر عن طريق الخطأ وتتسبب في إصابته.
4. يجب عند مناولة العدة بين الأفراد عدم قذفها من شخص لأخر وخاصة من اسفل إلى أعلى أو العكس بل يجب إستعمال وعاء أو حبل لمناولتها إلى أعلى أو إنزالها الى أسفل .
5. يجب عدم صعود السلالم مع حمل العدد اليدوية في الأيادي أو في جيوب الملابس.
6. يجب فحص العدد اليدوية قبل استخدامها والتأكد من أنها سليمة.
7. احفظ سطوح ومقابض العدد نظيفة من الزيت لمنع انزلاقها عند الاستعمال.
8. للعمل في الأجهزة الكهربائية تستعمل العدد ذات المقابض المعزولة (Insulated Handles).
9. لا تحفظ العدد في جيبك أثناء العمل ويفضل وضعها في حقيبة خاصة مع تغطية أطراف العدد ذات الأطراف الحادة حتي لا تتسبب في حدوث جروح.
10. يجب العمل بحذر تام عند العمل بالعدد الحادة (سلاح المنشار والسكاكين والأجنة والبلطة ..... وما شابه ) وكذلك العناية بطريقة حفظها وتخزينها تفاديا للإصابات.
11. ممنوع منعا باتاً حمل العدد الصغيرة والمسامير وخاصة الصغيرة في الفم .
12. يجب عدم استعمال العدد اليدوية المعدنية في تنظيف المناطق التى تحتوى على بقايا سوائل بترولية .

13. يجب التأكد من أن جميع العدد الكهربائية اليدوية موصولة بالأرض Grounded وأن المادة العازلة علي الأسلاك الكهربائية الخاصة بها سليمة.
14. لا تستعمل الأدوات الكهربائية اليدوية في الأماكن الخطرة (الأماكن الموجود بها أبخرة للمواد القابلة للاشتعال) ما لم تكن هذه المعدات مصممة للعمل في هذه الأماكن .
15. يجب تخزين المعدة بعد الاستعمال بحالة نظيفة وجيدة.


Everything
in its place
keeps you
SAFE

# تعليمات السلامة فى أعمال اللحام و القطع Welding & Cutting Activities

*** أعمال اللحام :**



1. في حالة عدم إمكانية إبعاد الشئ المراد لحامه من مكان العمل ، يتم إبعاد جميع المواد القابلة للإشتعال لمسافة لا تقل عن 35 قدم (11 مترا) من مكان اللحام .
2. توفير معدات مكافحة الحرائق المناسبة قرب مكان اللحام للإستخدام الفورى في حالة حدوث حرائق (طفايات الحريق ، مكرات الحريق ، .....).
3. ضرورة التأكد من خلو مكان اللحام من المواد الملتهبة أو المواد السائلة القابلة للإشتعال وذلك بإجراء القياسات اللازمة بواسطة أجهزة قياس نسبة المواد المشتعلة بالجو ,والتاكد من عدم وجود مواد قابله للاشتعال او اقل من الحد الادني للاشتعال(LEL).
4. ضرورة الإلتزام بمهمات الوقاية الشخصيه اللازمه لمثل هذه الاعمال وهى: نظارات اللحام، واقى الوجه الخاص باللحام, القفازات المقاومة للحرارة ، الأفرولات القطنية ذات الأكمام الطويلة وتكون بدون جيوب. كذلك ضرورة عدم وجود تنية في البنطلون ويغطي الحذاء.
5. من الممكن أن تكون تهوية مكان اللحام من التهوية الطبيعية أو التهوية الميكانيكية .
6. عدم السماح بإجراء أية أعمال لحام أو قطع في البراميل المستعملة إلا بعد إجراء عمليات التنظيف المناسبة والتأكد من خلوها من المواد القابلة للإشتعال.
7. ضرورة إصدار تصريح عمل ساخن(HOT WORK PERMIT) (بعد التأكد من توفر جميع اشتراطات السلامة) وذلك قبل المباشرة في أية أعمال لحام.
8. تعيين مراقب للحريق (Fire Watch) تكون مهامه الأساسية مراقبة الشرر المتطاير والناتج من عمليات اللحام في حدود مسافة 35 قدم (11 مترا) مع ضرورة عدم ترك مكان اللحام إلا بعد مرور نصف ساعة علي الأقل من إنتهائه.
9. في عمليات اللحام بالأكسي أستيلين ، يكون الأوكسجين في إسطوانة والأستيلين في إسطوانة أخري ، ونظرا لوجود هذه الغازات تحت ضغوط عالية يتم إستخدام منظمات للضغط علي كل إسطوانة ، ويتم توصيل الأكسجين والأستيلين من الإسطوانات إلي المشعل بواسطة خراطيم بحيث يكون لون خرطوم الأكسجين (أخضر) ولون خرطوم الأستيلين (أحمر) ويتم بعد ذلك خلط الغازين وإشعالهما بواسطة المشعل كذلك بواسطة مقدمة المشعل (Torch Tip).
10. يجب تخزين الإسطوانات فى مكان جيد التهوية ومظلل وبعيد عن حركة العاملين.
11. لا يزيد ضغط التشغيل لغاز الأسيتلين عن 15 رطل علي البوصة المربعة تحت أي ظرف من الظروف.
12. يستخدم اللحام الكهربائي الحرارة الناتجة من التيار الكهربائي لإذابة وتجميع أجزاء المعدن ببعضها, وعند استخدامها يجب أخذ هذه العناصر بالإعتبار:
    - أ- توصيل الجسم الخارجي للماكينة بالأرض
    - ب- توصيل مفتاح قاطع للكهرباء بالقرب من ماكينة اللحام للإستعمال في حالات الطوارئ .
    - ت- وجود قاطع كهربائي فيوز (Fuse) أو قاطع للتيار (Circuit Breaker)

*** أعمال القطع:**

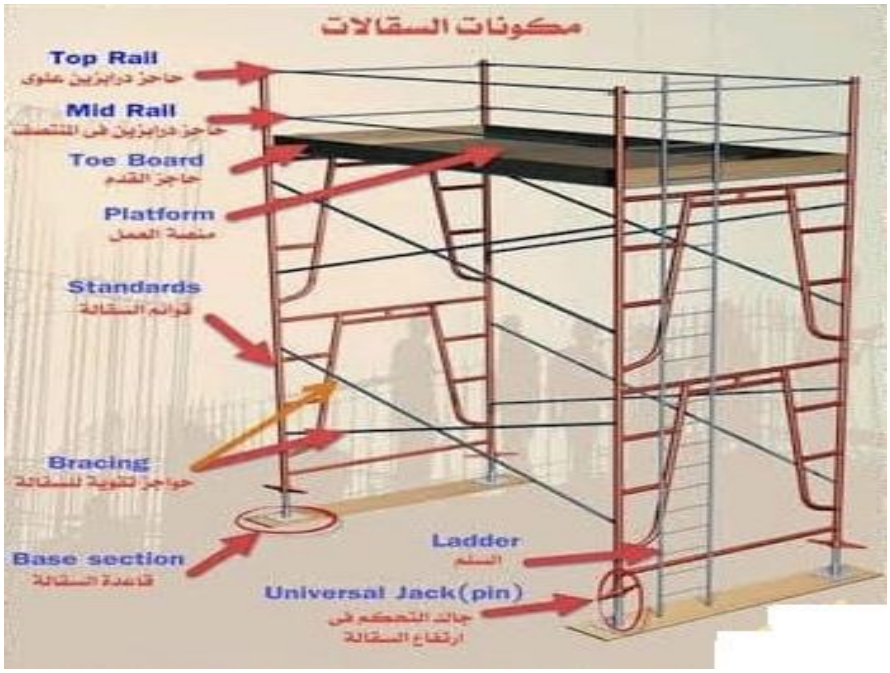
1. يجب تفريغ الباشبورى والخراطيم من الغاز بعد الانتهاء .
2. خراطيم الغاز والعدادات يجب ان تكون فى حالة سليمه دائما ويتم فحصها يوميا والتالف منها يستبدل فورا .
3. إسطوانات الغاز تستخدم فى وضع رأسى بحيث تكون مؤمنه من الوقوع .
4. يتم إستخدام مهمات الوقايه الشخصيه المناسبة وبالأخص لحماية العين .
5. يتم التاكد من خلو الغازات تماما عند القطع فى أماكن يُحتمل تواجد غاز بها .
6. اتباع تعليمات السلامه الموجوده فى تصريح العمل .
7. ضرورة التأكد من خلو مكان القطع من المواد الملتهبة أو المواد السائلة القابلة للإشتعال ويجب رش الأرضية أسفل مكان القطع بالماءاو بطانية ضد الحريق لإطفاء الشرر المتطاير.

*** اعمال التجليخ:**

1. يجب ارتداء واق الوجه أو النظاره الواقيه للعين عند قيامك بأعمال التجليخ
2. إتبع تعليمات السلامه الموجوده بتصريح العمل .
3. تغيير قرص التجليخ يجب أن يتم بواسطة الشخص المسئول والمدرب وبإستخدام الأدوات المناسبه لذلك .
4. يجب حفظ حجر التجليخ فى ظروف امنة وفحصه قبل الاستخدام .
5. تغيير قرص التجليخ يجب أن يتم بواسطة الشخص المسئول والمدرب وبإستخدام الأدوات المناسبه لذلك .
6. يجب ايقاف الماكينه عن العمل عندما تنتهى من عملك .

يجب التاكد من مكان العمل خالي من اي مواد قابلة للاشتعال

## تعليمات السلامة فى أعمال السقالات Scaffold Activities




1. السقالة تحت اشراف فرد متخصص في بناء السقالات
2. السقالة مزودة باسوار لمنع تساقط الافراد عند ارتفاع 3 قدم فاكثر من سطح المنصه
3. متانة السقالة كافية لدرجة انها يمكن ان تحمل اوزان = 4 اضعاف اوزان الحد الاقصى المسموح به
4. الالواح الخشبية او المعدنية في حالة جيدة
5. المسافة بين كل لوح خشب او معدني لا تزيد عن2.5 سم و سمكه لا يقل عن3.8 سم
6. سلم السقالة مربوط جيدا و مثبت بزاوية 45 درجة
7. السقالة مزودة بدعامات خشبية لمنع سقوط اي ادوات او معدات على الافراد المتواجدين اسفل السقالة
8. ارتفاع الدعامات الخشبية 4 بوصة على الاقل
9. السقالة مزودة بمقصات لمنع تأرجح السقالة او تحريكها
10. جميع الكليبسات في حالة جيدة
11. في السقالة المعلقة : يوجد حبل حياه مربوط بجزء علوي متين خارج السقالة
12. السلالم الثابتة، يفضل استخدامها في السقالات التي يزيد إرتفاعها عن 12 قدم
13. يجب توفير وسائل الحماية من السقوط Fall Protection من السقالات التي يزيد ارتفاعها عن 10 قدم
14. يجب ضرورة ارتداء مهمات السلامه الشخصيه عند العمل على السقالة.
15. يتم التفتيش دوريا على حالة السقالات الموجودة طبقا لنموذج فحص السقالات.

# تعليمات السلامة فى أعمال الرفع Safe Lifting

**أولا: الرفع بإستخدام الونش الشوكة (Forklift):**

1. االتأكد من أن خزان الوقود ممتلىء وعدم وجود أى تسريب من المعدة
2. رفع وخفض شوكتى المعدة للتأكد من أنهما تعملان بصورة جيدة
3. فحص مستوى سائل التبريد بالمعدة و مستوى زيت المحرك
4. التأكد من صلاحية مرآة الرؤيا الخلفية
5. فحص الإضاءة و أجهزة التنبيه و الفرامل والعجلات الخاصة بالمعدة والتأكد من صلاحيتها
6. شوكتى المعدة بحالة سليمة ولايوجد بهما تلفيات
7. عدم وجود تسرب للزيت من النظام الهيدروليكى للمعدة
8. البطارية سليمة وأقطابها سليمة
9. يجب قيادة الرافعة الشوكية وهى محملة والشوكة على إرتفاع لا يزيد عن 8 بوصة(20 سم) من الأرض ولا يقل عن 4 بوصة (10 سم)
10. يجب قبل الدخول من باب أو بوابة التأكد من أن إرتفاعه يناسب إرتفاع الرافعة الشوكية بحمولتها

**ثانيا: الرفع بإستخدام الونش (Crane):**

1. يجب أن تكون كل أدوات وماكينات الرفع ذات بناء ميكانيكى جيد وخالية من العيوب وأن تتم صيانتها بشكل دورى.
2. يجب أن تكون كل إسطوانة أو بكرة تدور حولها السلسلة أو الحبل السلكى لأى أداء بقطر وبناء وصناعة ملائمين للسلسلة أو الحبل المستخدم.
3. يجب أن يكون جميع سائقى الرافعات مؤهلين وعلى دراية وخبرة كافية فى الأعمال المنوطة إليهم ويتبع تعليمات / إرشادات مسئول السلامة.
4. يجب أن تزود جميع الرافعات بكوابح قادرة على إمساك وضبط الحد الأقصى من الأحمال الخاصة بها.
5. يجب إختبار كل مرفاع وأداة رفع بشكل كامل مرة على الأقل كل (12) شهر بواسطة شخص مؤهل ومعتمد والحصول على شهادة إختبار.
6. بالنسبة للرافعة التى تحمل أشخاص يجب أن تكون مزودة بقفص ويشترط تزويد كل محيط الرافعة بأبواب متداخلة عند أماكن الهبوط ويجب أن تزود كل رافعة بجهاز قطع عند أسفل الرافعة.
7. يجب تسوير المنطقة حول الونش لحماية العاملين من خطر الإصطدام بصينية الونش
8. يجب إستخدام حبل لتوجيه الحمل وغير المسموح إستخدام الأيدى لأداء ذلك.
9. يجب على الشخص الذى يقوم بتوجيه سائق الونش أن يقف فى مكان سهل الهروب منه حتى لا يتعرض للإصابة بواسطة حركة الونش.
10. يجب التأكد من وجود جدول أحمال الونش وأن يكون السائق على دراية كاملة بتفسير جميع البيانات المذكورة به.
11. يجب ترك مسافة لا تقل عن 10 قدم (3 متر) بين الونش وأسلاك الكهرباء العلوية
12. يجب تحديد شخص واحد فقط يكون مسئولا عن إعطاء الإشارات اللازمة لمشغل الونش حتى لا يحدث تشتيت لتركيزه وبالتالى وقوع حوادث.
13. غير مسموح على الإطلاق التواجد أو الوقوف أسفل الحمل المرفوع بواسطة الونش.

Occupational Safety
Health Administration
AFTEY
IS LIFE
الإدارة العامة للسلامة والصحة المهنية

# Safe Warehousing and تعليمات السلامة فى التخزين

- التخزين يغطي مجموعة واسعة من الأنشطة التي يمكن أن تؤدي الى مختلف الأخطار و المخاطر

## أسباب الأصابات :

| | |
|---|---|
| Slip or trip | التزحلق والأنزلاق |
| Manual handling | المناولة اليدوية |
| Falls from height | السقوط من أرتفاع |
| Hit by moving, falling object | أصطدام بالحركة,سقوط أشياء |
| Hit by moving vehicle | أصطدام بتحركة المركبات |
| Hit something fixed or stationary | أصطدام بشيء ثابت |

### النظافة و الترتيب

1. دائما الحفاظ على الأرضيات نظيفة وجافة وفي حالة جيدة لتجنب حوادث التعثر والانزلاق
2. دائما الممرات خالية من صناديق أو فوضى.
3. .الحفاظ على النظافة والترتيب بالمخازن وحولها
4. كل مخارج الطوارئ خالية من العوائق

### التركيبات الكهربائية

1. يجب أن تعمل جميع الأنوار بشكل صحيح
2. يجب أن تكون الأضاءه كافية بداخل المخزن ومحيطه بالمكان توفير التهوية الجيدة
3. يجب أن تكون اللوحات الكهربائية يمكن الوصول اليها ولابد من وضع لافتة عليها بشكل صحيح

### الأرفف

1. المنتجات يجب تخزينها بشكل صحيح، العناصر الخفيفة على القمة، وترتب لتجنب الأنقلاب
2. يجب أن تكون الأرفف في حالة جيدة
3. يجب تخزين المواد على الأرفف المعدنية والقوائم لحمايتها من التلف(وليس وضعها على الأرض مباشرة)
4. المسافة بين أعلى رصة والسقف أقل من ثلاثة أقدام

### تخزين الكيماويات

1. السوائل القابله للأشتعال مخزنة وفق قاعدة تخزين المواد القابلة للأشتعال
2. صحيفة بيانات السلامة الخاصة بالمواد الكيميائية متاحة لجميع المواد الكيميائية
3. يجب ألا يوجد أي مواد منسكبة علي الأرضية

## معدات اطفاء الحريق

1. توفير طفايات حريق مناسبة للمواد المخزنة
2. كل معدات الاطفاء فى اماكن واضحة ومناسبة وسهلة الوصول اليها.
3. صيانة مستمرة لاجهزة انذار الحريق

## مخازن السقالات

1. يجب أن تكون مواد وعدد السقالات في حالة جيدة
2. مواد وعدد السقالات الغير صالحة يجب فصلها ووضع ملصق يوضح ذلك
3. وضع ملصقات توضح أنواع مواد السقالات والأطوال

## متطلبات عامة

1. توفير سلالم امنة للتعامل مع الارتفاعات داخل المخزن
2. النظافة و التخلص من المخلفات .
3. صندوق الإسعافات الأولية في متناول الجميع ومخزن بشكل كاف
4. منطقة التخزين خالية من المعوقات والموانع
5. يجب أن تكون الأدوات و العدد اليدوية في حالة جيدة.

## تعليمات السلامة فى العمل على إرتفاعات Working at Heights

1. القيام بإجراء الفحوصات اللازمة لموقع العمل للتأكد من أن أسطح العمل والمنصات التى سوف يعمل العاملين عليها ذات متانة كافية لحمل العاملين والمعدات ويمكنهم القيام بالعمل عليها بأمان.
2. يجب على المسئول التنفيذى للاعمال بالتنسيق مع مسئولى السلامة لعمل تقييم مخاطر للعمل على ارتفاعات فى جميع مواقع العمل وتحديد الاماكن التى قد تعرض العاملين لخطر السقوط والاجراءات الواجب اتباعها لمنع هذة المخاطر وحماية العاملين من خطرها.
3. فى حالة العمل على إرتفاع 6 قدم (1.8 م) أو أكثر على يجب توفير وسيلة مناسبة من وسائل الحماية من خطر السقوط والتى تشمل ما يأتى:
   - أ- نظام الدرابزين Guardrail Systems
   - ب- الوسائل الشخصية لمنع السقوط Personal Fall Arrest Systems
   - ت- نظام الإيقاف المحدد Positioning Device Systems
   - ث- نظام المتابعة المستمرة Safety Monitoring Systems
   - ج- نظام شبكة السلامة / منصة عمل من السقالات Safety Net Systems / Platform
   - ح- نظام حبال التحذير Warning Lines Systems
4. استخراج تصاريح العمل اللازمة لاتمام الاعمال قبل البدء فى الاعمال بالموقع.
5. يجب توفير مهمات الوقاية الشخصية المناسبة لوقاية العاملين من مخاطر العمل على ارتفاعات ومخاطر السقوط او الانزلاق كما يجب تزويد العمال باحزمة أمان لوقايتهم من حوادث السقوط.
6. فى حالة استخدام السقالات, يجب على العاملين عليها ان يكونوا على وعى ويجب عليهم اتباع التعليمات الخاصة بالسقالات و يراعى تنفيذها عن طريق عمال مؤهلين و معتمدين فى إنشاء السقالات .
7. يتم التفتيش بصفة دورية على السقلات عن طريق مفتش السقالات Scaffold Inspector للتاكد من مطابقتها لاشتراطات و معايير السلامة .
8. خلال العمل على ارتفاعات، غير مسموح بتخزين المواد على مسافة أقل من 6 قدم (1.8 م) من حافة السطح أو السقف.
9. ضرورة توفير التدريب اللازم لجميع العاملين فى مواقع الإنشاءات المختلفة وذلك للتعرف على جميع المخاطر المختلفة والمتعلقة بالعمل على ارتفاعات ووسائل الحماية من السقوط.
10. يجب وضع خطة للتصرف فى حالات الطوارىء لانقاذ اى شخص يتعرض للسقوط اثناء استخدام الوسائل الشخصية للحماية من خطر السقوط فى اسرع وقت ممكن.

## الوقاية من المخاطر الميكانيكية SAFETY IN Mechanical Installations

يعتبر من المخاطر الميكانيكية كل ما يتعرض له العامل في مكان عمله من الاصطدام او الاتصال بين جسمه وبين جسم صلب وينشأ الاصطدام غالبا بين جسمين احدهما ثابت والاخر متحرك او بين جسمان متحركان فسقوط العامل او سقوط شيء عليه او اصابته من احدي الماكينات كانحشار اصابعه بين التروس او السيور تعتبر امثله لمثل هذه الحالات .

ولاشك ان اخطر نقطة امام الالة المتحركة هي نقطة التقاء الجزء المتحرك من الماكينة بجسم الانسان سواء كان الالتقاء مباشرا ( كانحشار الاصابع بين التروس والدرافيل ) او غير مباشر ( ان تلف ملابس العامل او شعره علي عمود دائر ) كما ان نقط التشغيل امام الالات تكون عادة موضع خطورة كبيرة اذ يتصل العامل بها لتغذيتها او لسحب المنتجات منها كما يحدث في اعمال المكابس والمطابع وغيرها

**والحركات الميكانيكية التي تنجم عنها المخاطر يمكن حصرها فيما يلي :-**

1- الحركة الدائرية 2- الحركات الترددية والانزلاقية 3- نقط تداخل الحركة .

**اما العمليات الميكانيكية فهي :-**

1- عمليات القطع 2- عمليات التشكيل ( الثقب بالضغط – القص – الثني ) .

وتعتبر الخطورة في هذا النوع من العمليات تكمن عند نقطة التشغيل أي نقطة اتصال اله القطع او التشكيل او الثني بالمادة الجاري قطعها او تشكيلها او ثقبها .

فقد تقترب ايدي او اصابع او اذرع العاملين علي هذه الالات من نقطة التشغيل والجسم الجاري تشغيله وينجم عن ذلك اصابات جسيمة نتيجة هرس اليد او قطعها او بتر الاصابع او ما يصل من اجزاء الجسم عند نقطة التشغيل .

ولذلك يجب احاطة او حجز ماكن الحطر بحواجز تمنع وصول اعضاء الجسم الي مكان الخطر وقت التشغيل وفي نفس الوقت يجب الا تعوق هذه الحواجز عمليات ادخال المواد الجاري تشغيلها الي اله القطع او التشغيل او عمليات تشغيل تلك الالات او عمليات سحب المواد بعد تشغيلها .

**<u>دراسة لاسباب وقوع الحوادث والاصابات وطرق الوقاية والشروط الواجب تو افرها</u>**

من المعروف ان الحوادث والاصابات يمكن تقع لسبب او اكثر من الاسباب التالية :-

- الاتصال المباشر بين العامل او احد اعضاء جسمه وبين احد الاجزاء المتحركه في الالات .
- الحركات الطائشة للاجسام والمواد وهي ما ينتج عن بعض العمليات كارتداد الاشياء وتطاير الاجزاء المعدنية ( الرايش ) عند قطعها او بردها او ماشابه ذلك كذلك طرطشة المعادن المنصهرة او المواد الكيميائية وما الي ذلك .
- خطأ او تلف في التوصيلات او الاجهزة الكهربائية .

- حدوث تلف بالماكينه او عيب في طريقة تشغيلها يتسبب عنه خطر مما سبق بيانه .
- خطأ انساني نتيجة حب استطلاع – الفضول – الحماسة في العمل – الاضطراب – الكسل – الاهمال – الخوف - الغضب – المرض – شرود الفكر وما الي ذلك .

ولذلك يتعين ان يتوفر في تصميم الماكينات او الحواجز الواقية ان تكفل الحماية التامة للعاملين علي هذه الالات مع الاخذ في الاعتبار احتمالات الخطأ الانساني – كما يراعي في تصميم تلك الحواجز الا تسبب تعطيل العمل علي الاله او تعطيل الانتاج .

ولكل نوع من انواع الحركة الميكانيكية طريقة مأمونه وسليمه للوقلية وعلوم الهندسة الوقائية قد تقدمت كثيرا في هذا المجال حتي امكن وضع تصميمات لوسائل الوقاية لكل نوع من الالات فهناك الحواجز المعدنية وغير المعدنية – الثابته اوالمتحركه بحسب نوع الماكينه وطبيعة العمليات التي تؤديها .

وبناء علي ذلك يمكن وضع تصور للشروط الواجب توافرها في حواجز الوقاية منها :-

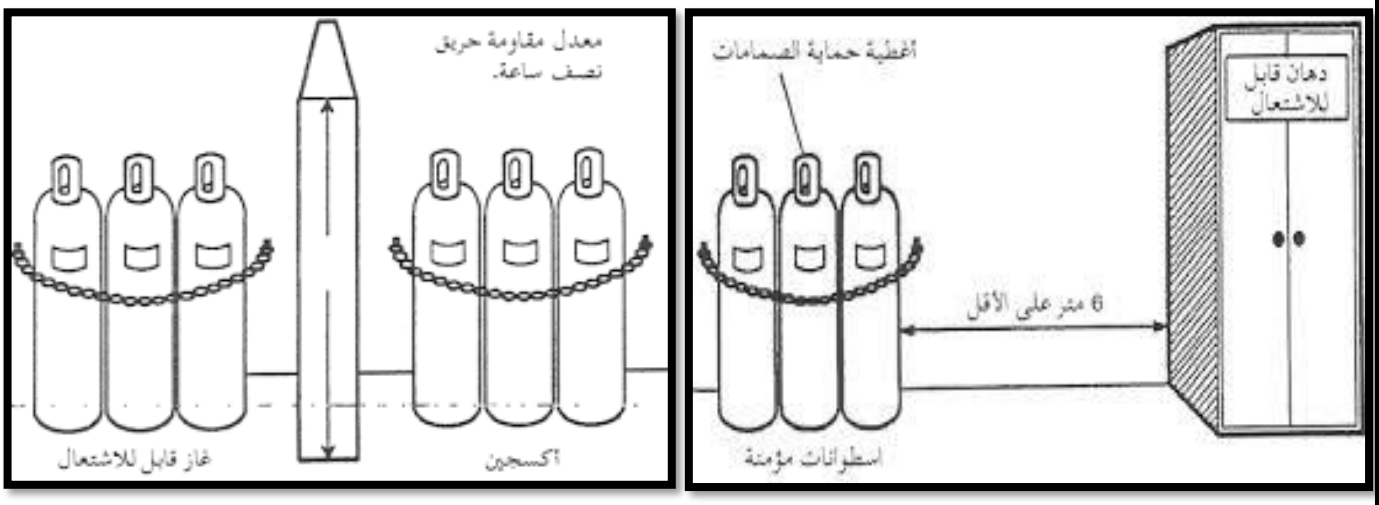
- ان تعمل علي الوقاية الكامله من الخطر الذي وضعت لتلافيه .
- ان يرتبط عمل الاله بصلاحية جهاز الوقاية .
- ان تحول دون وصول العامل او احد اعضاء جسمه الي منطقة الخطر طوال فترة اداء العامل .
- ان تعمل اوتوماتيكيا وبأقل مجهود ممكن .
- ان تكون مناسبة للعامل وألا تضايقه او تعوقه عن العمل .
- ان تكون مناسبة للعملية او الماكينه بحيث لا تتسبب في تعطيل الانتاج او تقليله ففي بعض الاحيان تبني اجهزة وقاية تعطي حماية حقيقية وكامله لكنها لا تناسب العمل ويترتب علي ذلك ألا تستعمل تلك الاجهزة .

وهناك نوع خاص من اجهزة الوقاية الاوتوماتيكية والتي تعتمد علي الخلايا الكهروضوئية وهذه الاجهزة تلقي اشعة ضوئية امام الخطر في الماكينات فاذا اضطربت هذه الاشعة نتيجة دخول يد العامل او أي جسم آخر في منطقتنا فان الاله لا تبدا في العمل او تتوقف اذا كانت دائرة وهذه النوع من الاجهزة علي درجة كبيرة من الحساسية .

السلامة
أولا

SAFETY
FIRST

## تعليمات السلامة فى تخزين اسطوانات الغازات المضغوطة Compressed Gas




اسطوانات الضغط هي اسطوانات تحتوى على مواد كيميائية تحت ضغط في الحالة السائلة أو الغازية. اسطوانات الضغط تمتلك طاقة كامنة ضخمة، والتي يمكن أن تؤدي إلى كوارث على نطاق هائل، لكل من الأرواح والممتلكات، إذا لم يتم إدارتها مع التدابير المناسبة للسلامة أثناء النقل والتفريغ والتخزين والمناولة والاستخدام.

### التخزين

اتخاذ الاحتياطات التالية لمنع الحوادث مثل حوادث الحرائق والانفجارات التي قد تكون ناجمة عن سوء التعامل مع اسطوانات الغاز المضغوط أثناء التخزين والاستخدام..

1. يتم تخزين الاسطوانات فى وضع أفقى مع أغطية حماية الصمام والأختام
2. يتم تأمين الأسطوانات عند النقل أو التخزين أو الاستخدام
3. يتم تخزين الاسطوانات في أماكن محددة مخصصة لهذا الغرض
4. يجب فصل الأسطوانات الممتلئة والفارغة
5. تخزن الاسطوانات في أماكن جيد التهوية، جافة، باردة وآمنة محمية من عوامل الطقس بعيدا عن المواد القابلة للاشتعال .
6. دائما الحفاظ على الحد الأدنى من المسافة الأمنة بين اسطوانات الغاز القابلة للاشتعال واسطوانات الأكسجين لا تقل عن 20 قدم و يجب الفصل بينهم من خلال جدار ارتفاعه خمسة أقدام يقاوم الحريق لمدة لا تقل عن نصف ساعة
7. لابد من التأكد بصفة دورية من الجو المحيط بالأسطوانات التى من الممكن ان يكون هناك تسريب من احداهما.
8. حظر استخدام اللهب المكشوف والتدخين وما إلى ذلك، في أماكن التخزين، سواء في الأماكن المغلقة أو في الهواء الطلق.
9. يجب أن يتم تخزين الاسطوانات بعيدا عن مخارج للطوارئ والمناطق الكثيفة التنقل خلالها..
10. يجب فحص الاسطوانات بصريا بصفة دورية ، لتجنب أي مؤشر على تسرب أو مشاكل أخرى
11. لا يجب تخزين أسطوانات الأكسجين، ممتلئة أو فارغة فى نفس المكان على أساس أنها غازات قابلة للاشتعال
12. لا يجب تخزين اسطوانات على الطوابق العلوية أو تحت مستوى سطح الأرض
13. عدم السماح بالتدخين أو اللهب المكشوف في مناطق تخزين الغازات القابلة للاشتعال
14. يجب عدم السماح بدحرجة الإسطوانات أثناء نقلها ويتم إستخدام العربة المخصصة لهذا الغرض لنقل الإسطوانات

Nothing To Do With Me!!!
WRONG!
Housekeeping Is Everyone's Responsibility

## تعليمات السلامة فى الترتيب و التنظيم Housekeeping

1. يتم تنظيف جميع الأدوات والعدد وإعادتها إلى مكانها الأصلي الذي تحفظ فيه. (Tool Boxes)
2. يجب عدم إلقاء أي مواد أو معدات على أرضيات مكان العمل حيث أن وجود مثل هذه المواد أو المعدات غالباً ما يؤدي إلى تعثر أو سقوط الأفراد .
3. يجب حفظ الأدوات والعدد المدببة والحادة بعيد عن أماكن الحركة بالعمل
4. يجب المحافظة على الممرات والمساحات حول المعدات خالية من أي عوائق تسبب التعثر أو السقوط
5. يجب مراعاة تخزين المواد بطريقة سليمة وآمنة لمنع سقوطها على الأفراد أو بعثرتها في الممرات .
6. يجب إبعاد قطع الخشب التي بها مسامير بارزة والتي لا يمكن إزالتها أن تثنى وتدق حتى لا تصيب أي فرد.
7. يجب التخلص من مخلفات الصيانة والتصنيع عند انتهاء ساعات العمل أو في نهاية العملية ، حيث يتم إبعادها عن مكان العمل.
8. يحظر تصفية أي مواد بترولية لأي معدة من المعدات على أرضية الورشة.
9. يجب مراعاة عدم تصفية البراميل والأوعية حتى ولو كانت زجاجات صغيرة بها بواقي الجازولين ( بنزين السيارات )أو السولار على الأرضيات و يراعى وضع تعريف على جميع الزجاجات التى تحتوى على اى مواد بترولية.
10. يجب حفظ القماش المبلل بالمواد البترولية في أوعية معدنية مغطاة جيداً بعد انتهاء ساعات العمل حتى يسهل التخلص الامن طبقا للتعاقدات المبرمة مع الجهات المعنية للتخلص منها .
11. يجب تنظيف الأماكن المختلفة بصفة دورية ( أولا بأول ) من المواد والمخلفات والبقايا التي تحترق ذاتياً .

## الجزء السادس

### الابلاغ عن الحوادث (Incident Reporting)

* إن الابلاغ الواضح والدقيق فى الوقت المناسب عن الخطر الكامن من شأنه ان يخفف من العواقب حيث انة قد يؤدى الى تقليل اصابات العمل والأمراض المهنية للعمال وكذلك يؤدى الى ندرة الحوادث والكوارث الناتجة عن العمل

* ويساهم الابلاغ الفعال للخطر الكامن فى نشر الوعى بمخاطر العمل ويساعد فى التخطيط الجيد لها.

* يجب ان يفهم جميع العاملين كيفية الابلاغ عن الخطر الكامن وتكون عن طريق كارت الخطر الكامن (near miss Card) ثم يتبع ذلك تنفيذ الإجراء التصحيحى المناسب وتنفيذه على الفور.

* يعتمد الإبلاغ الفعال عن الخطر الكامن على التدريب الجيد لجميع العاملين وإلتزامهم.

# Near miss Card كارت الخطر الكامن

| Near miss Card | كارت الخطر الكامن |
|---|---|
| Date<br>Time<br>Dep.<br>Area | التاريخ:<br>الوقت:<br>الادارة:<br>المكان: |
| Report/details | ماذا شاهدت / حدث. |
| The cause of that | ما سبب حدوث ذلك. |
| Corrective action | الاجراء التصحيحي للتحكم في الموقف |
| Name<br>Signature | الاسم<br>التوقيع |
| Keep safe and report the near miss | حافظ علي المكان وبلغ عن اي خطركامن |

كارت الخطر الكامن

لاحظ – ابلغ - افعل

| Observation category | | تصنيف الملاحظة |
|---|---|---|
| Behavior | | السلوك |
| Slip/Trip Hazard | | العرقلة و التزحلق |
| Housekeeping | | الترتيب و التنظيم |
| Safety Equipment(PPE) | | مهمات الوقاية |
| Manual Handling | | التداول اليدوي |
| Equipment Deficiency | | خلل في المعدات |
| Maintenance | | الصيانة |
| Engineering Design | | تصاميم هندسية |
| Instructions ,specifications | | التعليمات و المواصفات |
| Personal factors | | عوامل بشرية |
| Environment factors | | عوامل بيئية |

الاداء الامن يبدا من عندك

Safety start from your behavior

لا تتجاهل الخطر الكامن لا بد ان تبلغ عنه

Do not ignore it, Report it

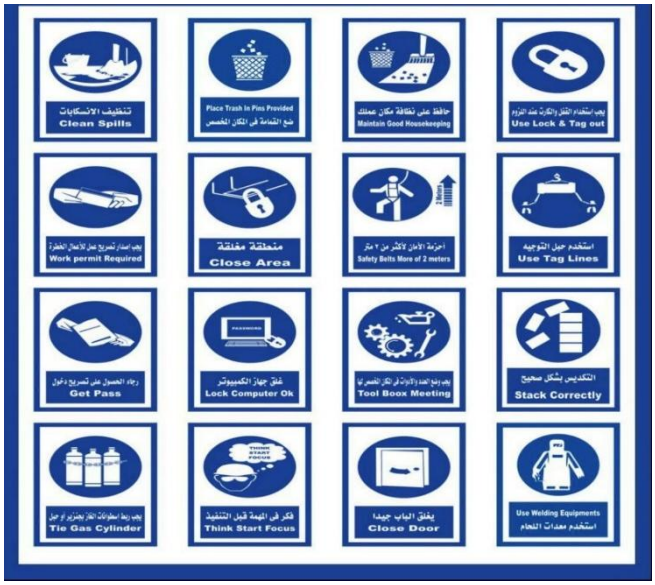
## الجزء السابع

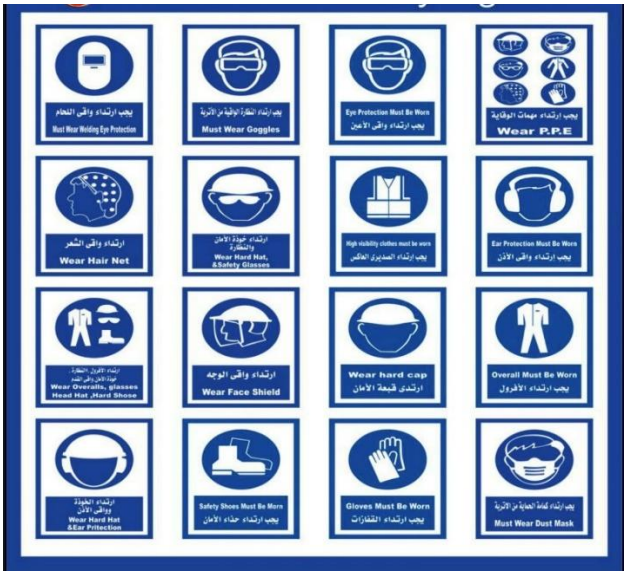
# علامات التحذير الإرشادية (Safety Signs)

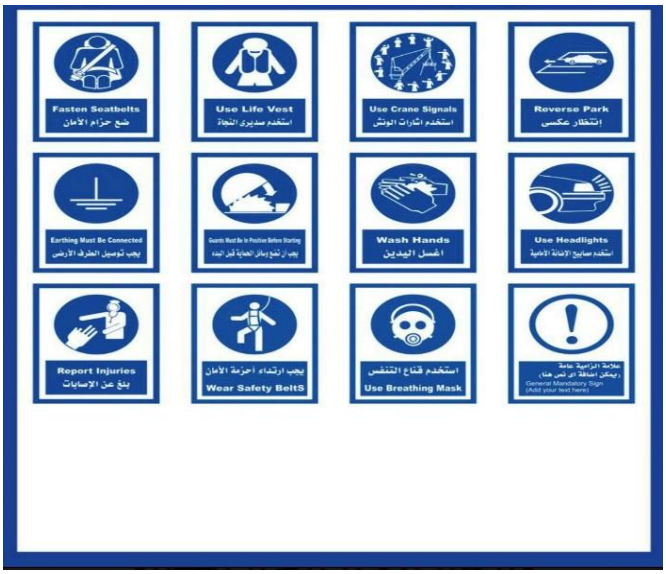
يتم إستخدام إشارات التحذير لإبلاغ كافة الأشخاص فى الموقع بالشروط المحددة (الإشارات الزرقاء) ومعدات الإستجابة للخطر والطوارىء (الإشارات الحمراء) وتوخى الحذر (الإشارات الصفراء) والسلامة العامة مثل غسل العينين (الإشارات الخضراء).

### 1- الإشارات الإلزامية:

الإشارات الزرقاء تكون إلزامية وتوضح تعليم لابد من الإلتزام به فى كافة الأوقات, وعلى سبيل المثال للإشارات الزرقاء لا الحصر شروط معدات الوقاية الشخصية.



## 2- علامات التحذير:

يتم استخدام الإشارات الصفراء والسوداء للإشارة الى خطر عادة مالم يتم اعتباره مهددا للحياة. أمثلة على اشارات التحذير مثل السوائل المسببة للتأكل والأسطح الزلقة وعمليات الرفع الشوكية.

**أمثلة على علامات التحذير:**

## 3- علامات الخطر:

يتم إستخدام علامات الخطر الحمراء والسوداء لتحديد المخاطر التى تمثل تهديد على الحياة. أمثلة على إشارة الخطر هى ممنوع الدخول والأماكن الضيقة وسوائل قابلة للإشتعال.

**أمثلة على علامات الخطر:**

## 4- علامات الحريق:

تشير الإشارات الحمراء والبيضاء والشعارات الحمراء المرسومة الى موقع نقاط إنذار الحريق ومعدات مكافحة الحريق و/أو الشروط.

أمثلة على إشارات الحريق هى بكرات خرطوم الحريق وشعارات موقع الإطفاء وإشارات موقع إنذار الحريق.

أمثلة على إشارات الحريق

## 5- علامات الطوارىء:

تشير الإشارات الخضراء الى موقع نقاط معدات الطوارىء. أمثلة إشارات الطوارىء: الإسعافات الأولية ونقاط التجمع ومواقع غسيل العينين فى حالة الطوارىء.

**أمثلة على إشارات الطوارىء:**

## الجزء الثامن

# خطة الطوارىء (Emergency plan)

## التعريفات:

**1. الحالة الطارئة:**

تعرف على انها اي حادث يقع و يشكل خطورة بدرجة تتطلب اتخاذ اجراءات فورية و سريعة للسيطرة على المواقف لمنع او تقلي الخطورة الناجمة عن هذا الحادث على الارواح او المعدات او الممتلكات او البيئة .

2. **انواع حالات الطوارئ :**

حريق- انفجار – زلزال - حريق بالشركات المجاورة - انهيار- سحابة غازية نتيجة تسريب من شركات مجاورة – إشتعال / إنفجار سحابة غازية نتيجة تسريب من شركات مجاورة - تسريب اشعاعي- ظروف بيئية طبيعية طارئة

3. **ظروف بيئية خارجية قد توثر علي المنشاة:**

إنقطاع مصدر الكهرباء- إنهيار أرضي- انبعاث او اطلاق مواد خطرة أو أي ملوثات بيئية من حادث عرضي من احدي الشركات المجاورة او بمواقع العمل المختلفة .

4. **ظروف بيئية طبيعية طارئة :-**

حالات أو خصائص بيئية محددة في وقت معين (امثلة : رياح الخماسين – سيول – نوات بحرية ).

5. **مستويات حالات الطوارئ :**

يمكن تقسيم حالات الطوارئ طبقا لتأثيرها و خطورتها و الاضرار التي تسببها و كيفية السيطرة عليها كالاتي :

**أ- حالة طارئة من المستوى الاول ( حادث بسيط ) :**

هي الحالة التي لا تشكل خطورة خارج نطاق مكان الحادث و يمكن السيطرة عليها بواسطة الافراد العاملين بالموقع و الامكانيات المتاحة به ، حيث يتولى المسئول بالموقع حسب الخطة الموضوعة مكان الحادث والسيطرة على الموقف بواسطة الافراد العاملين بالموقع.

**ب- حالة طارئة من المستوى الثاني ( حادث خطر ) :**

هي الحالة التي تشكل خطر الاتساع او الامتداد او الانتشار وعدم امكانية السيطرة الكاملة عليها و تتطلب اعلان حالة الطوارئ الشاملة و تدخل فريق مواجهة الطوارئ حسب الخطة الموضوعة ويستوجب ذلك استدعاء كافة المسئوليين و الافراد المنوط بهم تنفيذ خطة الطوارئ.

**ج- حالة طارئة من المستوى الثالث ( كارثة ) :**

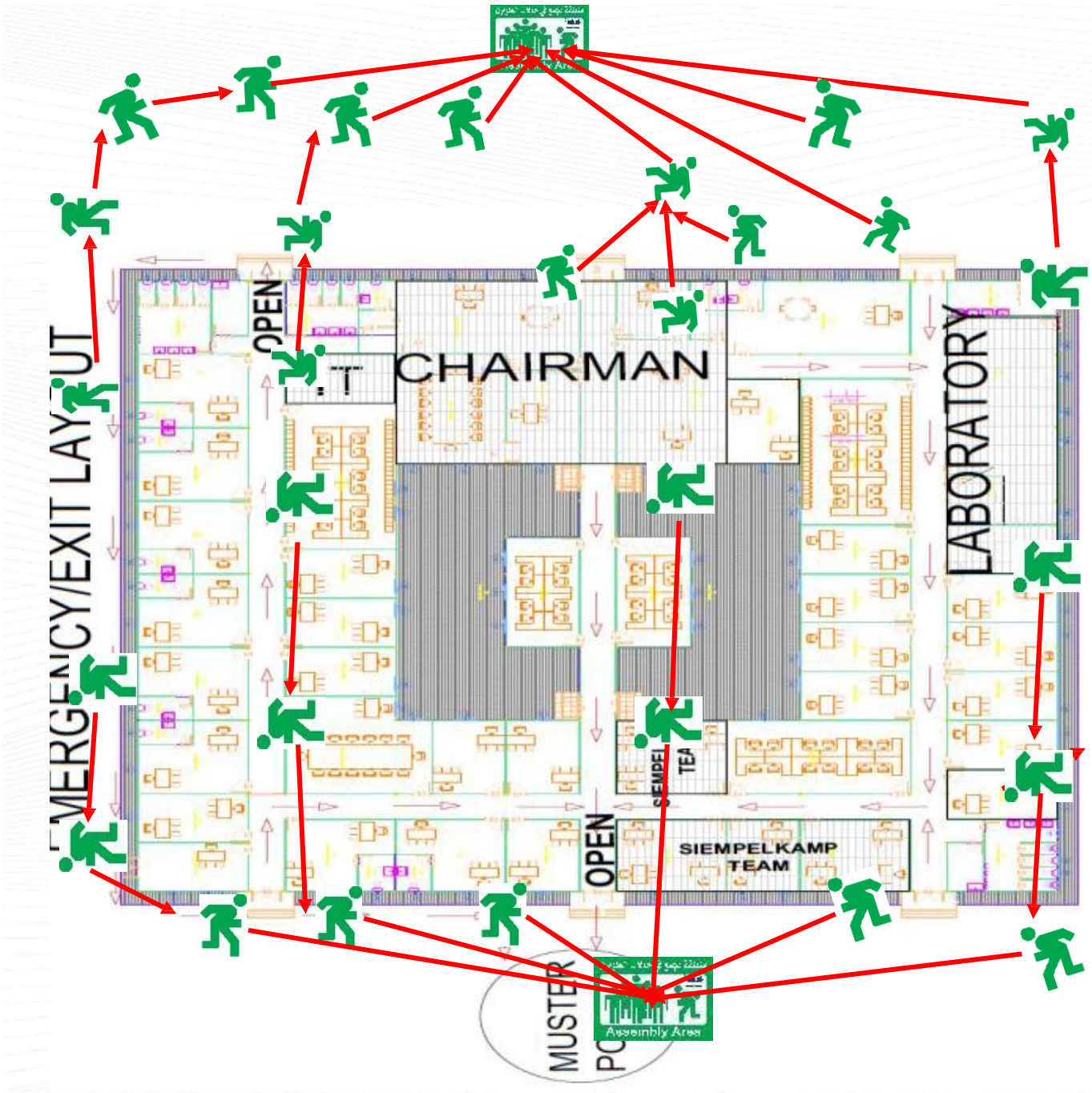
هي الحالة ما يطلق عليها تعبير كارثة و التي يفقد السيطرة على الموقف و تتطلب تدخل جهات خارجية مثل الشركات البترولية المجاورة و الدفاع المدني و الحريق ، و تتمثل هذه الحالة في حالات الحريق الكبيرة واسعة الانتشار او الانفجار او تسريب شديد للغازات من الشركات المجاورة او المواد البترولية سريعة الاشتعال و كذلك حالات الزلازل و حدوث الانهيارات للمعدات او المباني.

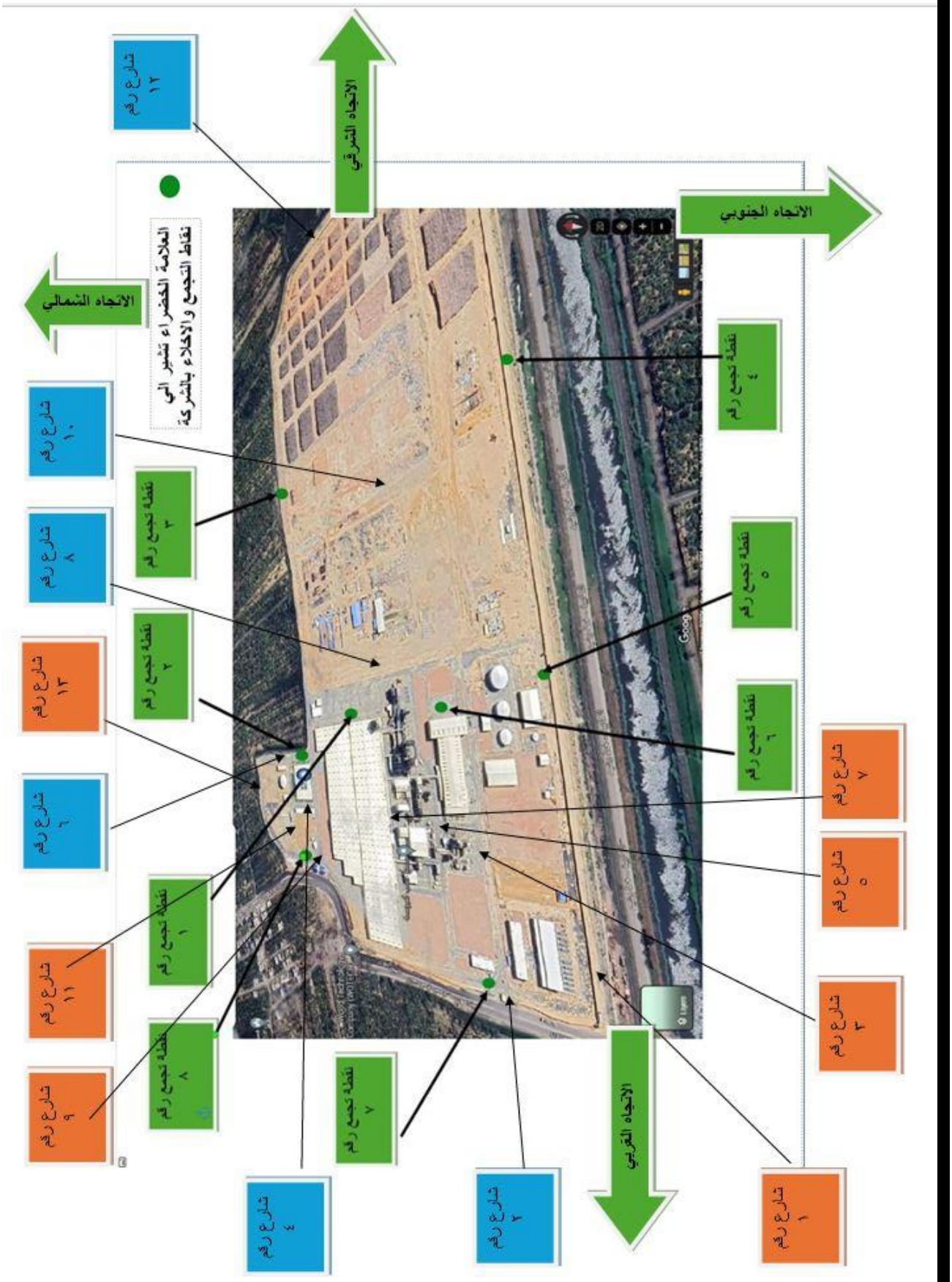
**انواع الطوارئ المحتملة:**

1. **الحالة الطارئة مثل الحريق (عند امتلاء المخرج بالدخان).**
2. **حالة التسريب الاشعاعي.**
3. **حالة التسريب الغازى.**
4. **ملوثات بيئية**
5. **حالة حدوث اي ظاهرة من الظواهر الطبيعية الطوارئ مثل (امثلة : رياح الخماسين – سيول – نوات بحرية –زلازل-....)**

**ويتم التنسيق مع المنطقة الجغرافية لتفعيل خطة الطوارئ الخاصة بشركات المنطقة.**

**التبليغ عن الحوادث وحالات الطوارئ: رقم الطوارئ (1111)**




الاتجاه الشرقي
الاتجاه الجنوبي
الاتجاه الشمالي
الاتجاه الغربي
العلامة الخضراء تشير الى نقاط التجمع والاخلاء بالشركة
شارع رقم ١٢
شارع رقم ١٠
شارع رقم ٨
شارع رقم ١٣
شارع رقم ٦
شارع رقم ١١
شارع رقم ٩
شارع رقم ٤
شارع رقم ٢
شارع رقم ١
شارع رقم ٧
شارع رقم ٥
شارع رقم ٣
نقطة تجمع رقم ٤
نقطة تجمع رقم ٣
نقطة تجمع رقم ٥
نقطة تجمع رقم ٢
نقطة تجمع رقم ٦
نقطة تجمع رقم ١
نقطة تجمع رقم ٨
نقطة تجمع رقم ٧

# الجزء التاسع

## الاسعافات الاولية (First Aid)

هي رعاية أولية وفورية للجروح أو نوبات المرض المفاجئة، ويتم تقديم الرعاية الطبية المتخصصة للحفاظ على المصاب، حتى يتم توصيله إلى أقرب مستشفى.

* الهدف من الإسعافات الأولية:

1. الحفاظ على الحياة.
2. منع تفاقم الحالة.
3. زيادة فرص الشفاء.

* مبادئ الإسعافات الأولية:

1. التقييم المبدئي للمصاب من خلال 3 خطوات: (افحص .. اتصل.. أسعف).
2. دع شخصًا ما يطلب الإسعاف رقم 123 ويبلغهم بالآتي:

أ- تفاصيل الحادثة وحالة المريض وعنوان ومكان المصاب أو الحادث, رقم التليفون الذي تتصل منه وعدد المصابين والعمر.

ب- مدى الإصابة وكيفية تعرض المصاب للإصابة، مع عدم وضع السماعة إلا بعد التأكد من أن متلقي البلاغ حصل على المعلومات اللازمة.

## الجزء العاشر

# النظام العالمى الموحد لتصنيف وتوصيف الكيماويات

| الشكل | الوصف | الوقاية | الاستجابة |
|---|---|---|---|
| قابل للاشتعال | سوائل أو مواد صلبة قادرة على الانفجار تحت تأثير الصدمة أو الاحتكاك أو اللهب أو الحرارة. | • الحصول على تعليمات خاصة قبل الاستخدام.<br>• الابتعاد عن الحرارة / الشرر / اللهب المكشوف / الأسطح الساخنة.<br>• لا تخضع للطحن / الصدمة / الاحتكاك | • إخلاء المنطقة.<br>• محاربة النار مع الاحتياطات العادية من مسافة معقولة.<br>• لا تحارب النار إذا وصلت إلى الانفجارات. |
| خطرة على البيئة | المنتجات التي قد تمثل خطرًا فوريًا أو متأخرًا على مكون واحد أو أكثر من مكونات البيئة (الهواء والماء والتربة). | • تجنب الإطلاق للبيئة. | • اجمع الانسكاب. |
| غاز مضغوط | الغازات المضغوطة والغازات المسيلة والغازات المذابة والغازات المسيلة المبردة التي يمكن أن تنفجر إذا تم تسخينها أو تسبب حروق أو إصابات مبردة. | • الحصول على تعليمات خاصة قبل الاستخدام.<br>• ارتداء القفازات العازلة الباردة / واقي الوجه / حماية العين. | • ذوبان الأجزاء المتجمدة بالماء الفاتر. لا تفرك المنطقة المصابة<br>• احصل على استشارة طبية فورية. |
| حادة السمية | المنتجات التي يمكن أن تسبب مشاكل مميتة إذا ابتلعت، تلامست مع الجلد، استنشقت. | • لا تأكل أو تشرب أو تدخن أثناء استخدام هذا المنتج.<br>• اغسل بعد المناولة.<br>• لا تدخل العينين أو الجلد أو الملابس.<br>• ارتد قفازات / ملابس واقية. | • إذا ابتلع: اتصل فوراً بمركز / طبيب، واغسل الفم.<br>• إذا لمس الجلد: اغسله بالكثير من الماء / عامل آخر وفقًا لوثيقة بيانات سلامة المنتج.<br>• خلع جميع الملابس الملوثة واغسلها قبل إعادة استخدامها.<br>• في حالة الاستنشاق: أخرج الشخص إلى الهواء النقي لتنفس مريح. |
| مخاطر صحية خطيرة | المنتجات التي يمكن أن تسبب مشاكل صحية مميتة إذا ابتلعت او دخلت في الشعب الهوائية. يمكن أن تسبب أعراض الحساسية أو الربو أو صعوبات في التنفس إذا استنشقت. | • تجنب تنفس الغبار/ الأبخرة/ الغازات/ الأبخرة.<br>• في حالة التهوية غير الكافية ، ارتدِ حماية الجهاز التنفسي.<br>• قم بارتداء قفازات/ ملابس واقية، وحماية العين/ الوجه.<br>• الحصول على تعليمات خاصة قبل الاستخدام.<br>• لا تأكل أو تشرب أو تدخن أثناء استخدام هذا المنتج.<br>• اغسل بعد المناولة. | • احصل على استشارة طبية إذا كنت تشعر بتوعك.<br>• إذا ابتلع: اتصل فوراً بمركز/ طبيب السموم، واشطف الفم . ولا تفتعل التقيؤ.<br>• في حالة الاستنشاق: أخرج الشخص إلى الهواء النقي لتنفس مريح.<br>• إذا كنت تعاني من أعراض تنفسية، فاتصل بمركز/ طبيب السموم على الفور. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| مؤكسدة | المنتجات التي يمكن أن تعزز أو تنشط احتراق مادة قابلة للاحتراق. | • ابقى بعيدا عن الحرارة.<br>• الابتعاد عن الملابس والمواد الأخرى القابلة للاحتراق.<br>• قم بارتداء قفازات/ ملابس واقية، وحماية العين/ الوجه.<br>• ارتداء ملابس مقاومة للحريق/ اللهب. | • في حالة نشوب حريق، استخدم مطفأة الحريق المناسبة وفقًا لوثيقة بيانات سلامة المنتج.<br>• إذا كان على الملابس/ الجلد ، اشطفه فورًا بالكثير من الماء. |
| قابل للاشتعال | المنتجات التي يمكن أن تشتعل بسهولة في وجود مصدر اشتعال. | • لا تتعامل مع المنتج قبل قراءة جميع احتياطات السلامة وفهمها.<br>• الابتعاد عن الحرارة/ الشرر/ اللهب المكشوف/ الأسطح الساخنة.<br>• لا ترش على لهب مكشوف أو مصادر اشتعال أخرى. | • تخلص من جميع مصادر الاشتعال إذا كان ذلك آمنًا.<br>• لا تطفئ، ما لم يكن من الممكن إيقاف الحريق بأمان.<br>• استخدم طفاية الحريق المناسبة وفقًا لوثيقة بيانات سلامة المنتج.<br>• إذا لمس الجلد: يغمر في ماء بارد / يلف بضمادات مبللة. |
| تآكل | المنتجات التي يمكن أن تسبب تأثير مدمر على الأنسجة الحية أو تلف المواد. | • تخزن فقط في الحاوية الأصلية.<br>• لا تتنفس الغبار أو الضباب.<br>• قم بارتداء قفازات/ ملابس واقية، وحماية العين/ الوجه.<br>• اغسل بعد المناولة. | • امتصاص الانسكاب لمنع الأضرار المادية.<br>• إذا ابتلع: اتصل فوراً بمركز/ طبيب السموم، واشطف الفم ولا تفتعل التقيؤ.<br>• إذا لمس الجلد: اغسله بالكثير من الماء / عامل آخر وفقًا لوثيقة بيانات سلامة المنتج، احصل على المشورة الطبية.<br>• خلع جميع الملابس الملوثة واغسلها قبل إعادة استخدامها.<br>• في حالة الاستنشاق: أخرج الشخص إلى الهواء النقي لتنفس مريح.<br>• إذا لمس العينين: تشطف بالماء عدة دقائق. |
| مخاطر صحية | المنتجات التي في حالة التلامس أو الاستنشاق قد تسبب تهيج الجلد والجهاز التنفسي، والتهاب العين. | • لا تأكل أو تشرب أو تدخن أثناء استخدام هذا المنتج.<br>• اغسل بعد المناولة.<br>• قم بارتداء قفازات/ ملابس واقية، وحماية العين / الوجه.<br>• تجنب تنفس الغبار/ الأبخرة/ الغازات/ الأبخرة.<br>• يستخدم فقط في الهواء الطلق أو في منطقة جيدة التهوية. | • إذا ابتلع: اتصل فوراً بمركز / طبيب السموم، واشطف الفم ولا تفتعل التقيؤ.<br>• إذا لمس الجلد: اغسله بالكثير من الماء / عامل آخر وفقًا لوثيقة بيانات سلامة المنتج، احصل على المشورة الطبية.<br>• خلع جميع الملابس الملوثة وغسلها قبل إعادة استخدامها.<br>• في حالة الاستنشاق: أخرج الشخص إلى الهواء النقي لتنفس مريح.<br>• إذا لمس العينين: تشطف بالماء عدة دقائق. |

## الجزء الحادى عشر

## الارجونوميكس Ergonomics

## تعليمات السلامة للوقاية من اصابات العمل في المكاتب

الإصابات لا تقع من تلقاء نفسها ؛ ولكنها تحدث نتيجة لعدة أسباب 0 فمنها التصرفات الشخصية وظروف مكان العمل ولتجنب حدوث مثل هذه الإصابات المباشرة وغير المباشرة ؛ او خفض معدلاتها على الأقل ؛ هناك عدة إجراءات وقواعد أساسية يجب اتباعها وهى :

### أولا : تنظيم وترتيب الأثاث :

1- يجب أن يكون فى غرفة المكتب متسع كافي لحركة الموظفين العاملين بها وللأشخاص الذين يدخلونها ؛ سواء كانت غرفة المكتب صغيرة او كبيرة؛ وذلك لتفادى اصطدام الأفراد بالكراسي والمكاتب وخزائن حفظ المستندات والملفات وما شابة ذلك وكذلك اصطدم الأفراد ببعضهم البعض

2 - يراعى أن تكون توصيلات التليفونات والمعدات الكهربائية ممدودة بجوار الحائط او تحت المكاتب بعيدا مسارات وامكان حركة الأشخاص حتى لا تكون سببا فى تعثرهم ، والذي قد يؤدى الى فقدان التوازن واصطدامهم بالمكاتب والخزائن

3 - يراعى وضع سلة المهملا ت فى ركن مناسب تحت المكاتب او ركن مناسب بالغرفة بعيدا عن ممرات وأماكن حركة الأشخاص

4 - يراعى وضع المكتبات ذات الضلف الزجاجية ، فى أماكن مناسبة بحيث تمنع اصطدام الزجاج بالأثاث حتى لا يؤدى ذلك الى كسر الزجاج عند فتح الضلف

5 - يجب إغلاق أدراج المكاتب وخزائن الملفات وخاصة المعدنية ( الشانون) بصفة دائمة بعد الاستعمال مباشرة لمنع اصطدام الأرجل بها والإصابة بالجروح والرضوض

6 - يراعى تثبيت خزائن الملفات (الشانون) ببعضها البعض ، ووضعها على الأرضية بطريقة ثابتة وإسنادها للحائط بحيث يمنع سقوطها على الأفراد

7 - يجب تثبيت الأرفف فى الحوائط بوسائل مناسبة لمنع سقوطها عند استعمالها أثناء التداول

8 - يراعى تثبيت ضلف الشبابيك الزجاجية التى تفتح للداخل بواسطة الشناكل حتى لا يصطدم بها الأفراد عندما تكون فى غبر وضعها الصحيح

9 - يراعى أن تكون غرف المكاتب مضاءة إضاءة كافية تسمح بالرؤية الجيد ة

سواء كانت طبيعية او صناعية فى أوقات العمل وخاصة ليلا سواء لحركة الموظفين او للقراءة والكتابة

10- بعد الانتهاء و الخروج من مكان العمل يجب فصل التيار الكهربي و عزلة عن المعدات الكهربائية و طفي الانوار

### ثانيا : أثناء العمل بالمكاتب :

1- يراعى ملئ الأدراج السفلية للخزائن بالملفات والمستندات الثقيلة ؛ لحفظ توازن ( الشانون) عند فتح هذه الأدراج

2- يجب عدم فتح اكثر من درج من الشانون فى وقت واحد لتفادى سقوطه

3- ممنوع تسلق الأرفف للوصول الى الأماكن المرتفعة لوضع او تداول اى مهمات مهما كانت صغيرة لتجنب فقد التوازن او سقوط الأرفف بما عليها من مواد ؛ ويجب استخدام السلالم او الأدوات المخصصة لذلك مع تجنب استعمال الكراسي وخاصة الدوارة او الأدراج لهذا الغرض

4- يراعى استعمال مقابض الأدراج عند الفتح او الغلق لتجنب اصابة الأصابع

5- يجب عند رفع اى مواد ثقيلة او أجهزة ؛ ألا يقوم شخص واحد بهذا العمل ؛ ويجب مراعاة استعمال عضلات الأذرع والأرجل ؛ مع تجنب انحناء الظهر وجعله مستقيما أثناء الرفع لتجنب آلام الظهر( back strain)

6- يجب مراعاة عدم وضع أشياء على الكراسي مثل الأدوات المعدنية وخاصة ذات الأطراف المدببة ؛ حتى لا تصيب اى فرد يجلس عليها دون ملاحظتها

7- يجب عدم استعمال سلة المهملات كمنفضة للسجاير او البايب والتي قد تسبب حريق

8- يراعى الاقتراب من الأبواب من ناحية المقبض لتجنب الارتطام بها عند فتحها من الناحية المقابلة فجأة

9- يجب عدم الجري او الهرولة داخل المكاتب وفى الطرقات لتفادى الاصطدام بالآخرين أو الانزلاق

10- يجب إغلاقالابواب وتأمينها بحيث لا يستطيع أحد فتحها عند العمل خلفها

11- ممنوع استخدام الكراسي او المكاتب للوصول للاماكن المرتفعة لتجنب فقد التوازن والسقوط ؛ ويستخدم لذلك السلالم المزدوجة

يراعى الجلوس بطريقة معتدلة على الكرسي مع استقامة الظهر ويفضل وضع دواسة قدم خشبية تحت القدمين لرفع الركبتين أعلى من المقعدة قليلا لمنع الشعور بالتعب ألام الظهر

13- يراعى عدم تناول الأشياء ثقيلة كانت أم خفيفة بجانب او خلف الكرسي الذي تجلس عليه حتى لا تضطر الى ثنى الظهر بشدة والانحناء لاسفل أثناء تناولها ؛ لان ذلك قد يتسبب فى ألام الظهر مثل العضلات او التأثير على غضاريف فقرات العمود الفقري

14- يراعى أن تكون الأرجل الأربعة للكرسي على الأرض عند الجلوس عليه وعدم إمالته للخلف مع الارتكاز على الرجلين الخلفيتين فقط ومحاولة استعماله ككرسي هزاز ؛ فقد يسبب السقوط والإصابة

15- عند عدم كفاية الضوء فى مكان العمل ؛ يمكن الاستعانة بإضاءة إضافية مثل الاباجوارت المناسبة والتي يمكن تحريكها او تعديل وضعها لاعطاء الإضاءة السليمة والكافية

16يجب حفظ الأدوات والعدد المدببة والحادة وجراكن الزيت ذات الصنبور بعيد عن أماكن الحركة بالعمل

**ثالثا : الجلوس الآمن والمريح :**

1- حافظ على استقامة الظهر وإلصاقه بالكرسي مع جعل اليدين من الكوع الى الكف بزاوية قائمة مع الجزء العلوى من الذراع

2- عند استعمال الأصابع ؛ اجعل الرسغ مستقيما مع استقامة اليد

3- حافظ على لصق الكوعين بالجانبين

4-ا جعل مستوى النظر فى منسوب أعلى نقطة موجودة بالشاشة

5- حافظ على جعل الركبتين فى مستوى المقعدة او أعلى قليلا وذلك بوضع القدمين على دواسة خشبية ذات ارتفاع مناسب على أن تكون الدواسة مائلة جهة الكرسي الى اسفل

**رابعا : تعليمات السلامة عند العمل علي الكمبيوتر:**

-1 ان يتم تركيب فلتر للشاشة للحفاظ علي قوة الابصار من الاشعاع

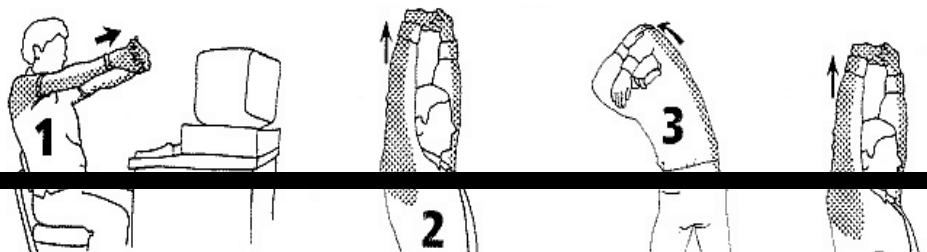
2- ان تكون الشاشة علي بعد من 15 الي 50 سم من بؤرة العين

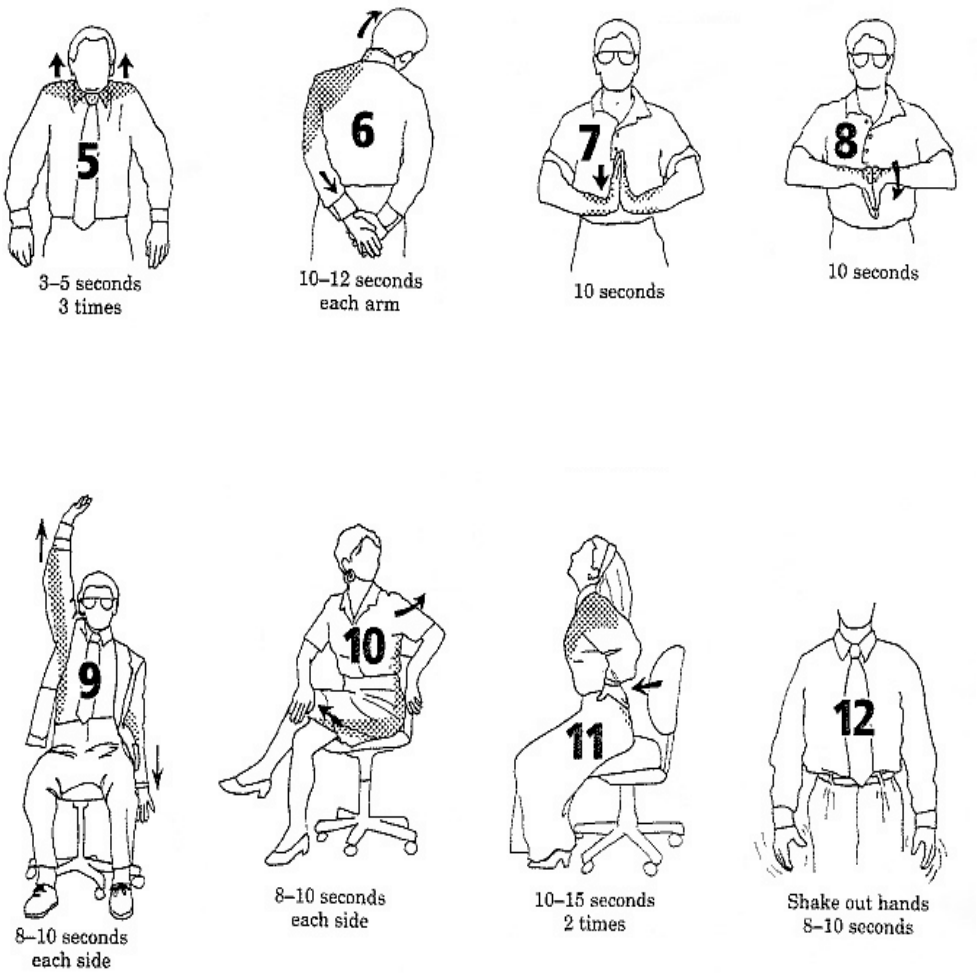
3- راحه رسغ اليد اثناء الكتابة

**المبادئ الإثني عشر للإيرجونومكس**

1- اجعل كل شئ في متناول اليد.
2- اشتغل علي ارتفاعات ملائمة.
3- قلل من نسبة الجهد المبذول الزائد.
4- اشتغل في وضع صحيح.
5- قلل نسبة التكرار المتزايد.
6- قلل من نسبة الإرهاق.
7- قلل من الضغط المباشر.
8- تكيف مع المكان وغير وضعك للوضع الصحيح.
9- حافظ علي المسافات المناسبة في مكان العمل.
10- حافظ علي بيئة مريحة.
11- أكد علي ضرورة الوضوح والفهم.
12- قم بتحسين وسائل تنظيم العمل.

# Computer and Desk Stretches ...






# إيصال استلام

الادارة العامة التابع لها : .....

الاسم : .....

الوظيفة : .....

رقم القيد : .....

التوقيع : .....

التاريخ : .....

**الادارة العامة للسلامة والصحة المهنية وحماية البيئة**

**المركز الرئيسى :- حوض الرمال رقم 1 – قسم الرمال –أدكو – محافظة البحيرة**

الهاتف: **0020238204178**

البريد الالكتروني: **info@wotech-eg.com**

الموقع: **www.wotech-eg.com**