



دليل السلامة والصحة المهنية

الإنسان هو العنصر الأساسي في عملية الإبداع والتخطيط والانتاج بما منحه الله من نعمة العقل والجسد. وحماية هذا العنصر الأساسي هي إعمار لدوره في الأرض. ومن هذا المنطلق فإن حماية الموظفين وتوفير بيئة عمل سليمة وصحية لهم مسؤولية مشتركة بين كافة أطراف بيئة العمل.

جمعية الكوثر الصحية الخيرية بفسير

Alkawthar Charitable Health Organization in Aseer





www.alkawthar.org.sa

[f](#) [t](#) [i](#) [v](#) [y](#) [u](#) [t](#) [u](#) [b](#) [e](#) [a](#) [l](#) [k](#) [a](#) [w](#) [t](#) [h](#) [a](#) [r](#) [o](#) [r](#) [g](#) [s](#) [a](#) | info@alkawthar.org.sa



دليل السلامة والصحة المهنية

مفهوم السلامة والصحة المهنية

- تعرف منظمة العمل الدولية السلامة والصحة المهنية على أنها "العلم الذي يهتم بتوقع وتقدير وتقييم والتحكم بالمخاطر التي تنشأ في أو من مكان العمل والتي يمكن أن تضر صحة ورفاهية العاملين، مع الأخذ بعين الاعتبار التأثير المحتمل على البيئة المحيطة والمجتمع".
- ثقافة السلامة والصحة المهنية الوطنية تعني الثقافة التي يتم فيها احترام حق الموظف في بيئة عمل سليمة وصحية على كافة مستويات العمل. حيث تساهم الحكومات وأصحاب العمل بشكل فاعل في توفير بيئة عمل سليمة وصحية من خلال نظام متكامل من الحقوق والمسؤوليات والمهام والإجراءات التي تسعى إلى حماية سلامة وصحة العاملين، والحفاظ على الممتلكات والبيئة، وتعزيز أداء العمل.

الأهداف الرئيسية

المساهمة في الحفاظ على
الممتلكات والبيئة

المساهمة في تعزيز الكفاءة
والإنتاجية، بالإضافة إلى تقليل
أيام الغياب الناتجة عن المرض
المهني

حماية الموظف من مخاطر
بيئة العمل بمنع تعرضه قدر
الإمكان للحوادث والإصابات
والأمراض المهنية



فوائد السلامة والصحة المهنية

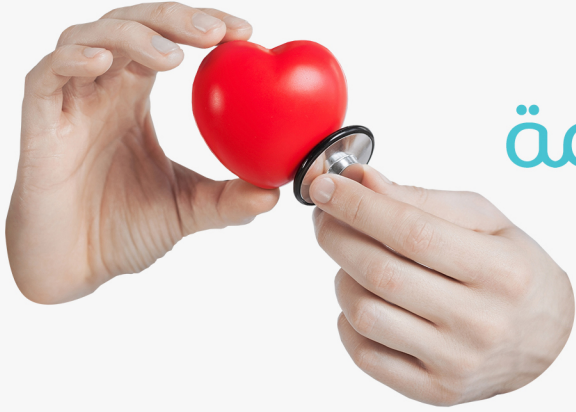
- دافع للطمأنينة والأمان مما ينعكس إيجاباً على أداء العمل وعطاء الموظفين.
- دافع للموظفين لمزيد من الاستقرار والاستمرارية.
- تحسين سمعة الجمعية وعامل جذب للقوى العاملة.
- التوفير في المصاريف المباشرة وغير المباشرة المتعلقة بتكاليف التغيب عن العمل وإعادة التعيين والتدريب من جديد والتعويضات المصاحبة للخسارة في الأرواح والممتلكات والمعدات.

مسؤوليات الإدارة

- تصميم المباني أو استئجارها مع الأخذ بعين الاعتبار طبيعة العمل وإجراءات السلامة والصحة المهنية.
- تحديد وتقييم مخاطر العمل باستمرار وشرح ذلك للموظفين بالتدابير الوقائية المتخذة.
- ضمان عدم تشغيل الأفراد إلا بعد التأكد من قدرتهم على أداء العمل بشكل صحيح وسليم.
- توفير وسائل الوقاية من الحريق والانفجارات في مواقع العمل مع تدريب الموظفين على أسلوب استخدامها.
- الصيانة الدورية والمحافظة على المعدات والأجهزة.
- تأمين النظافة العامة، وهذا يعني نظافة الأماكن والأجهزة والأدوات وكذلك حسن ترتيبها وصيانتها.
- التوعية المستمرة حول مواضيع السلامة والصحة المهنية وتوفير الوسائل التوضيحية اللازمة.
- عمل خطة إخلاء من الحريق وتدريب الموظفين عليها.

واجبات الموظف

- التزام الموظف باتباع التعليمات والإرشادات المعطاة له.
- أخذ الحيطة والحذر عند القيام بتنفيذ المهام المكلف بها لتجنب الإصابة أو المرض المهني.
- الالتزام بارتداء وسائل الحماية الشخصية عند القيام بكل عمل يتطلب ذلك (مع التأكيد على أحقية الموظف في المطالبة بتأمينها في حال عدم توفيرها من الإدارة المسؤولة).
- إبلاغ الإدارة بمكان الخطر لتلافي وقوعه.



التدابير اللازمة للسلامة والصحة المهنية

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 للألات 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 الصحي الملزم للموظفين.

التصرف الصحيح في الأوقات العادية: (لا يوجد حالة طوارئ)

الإجراءات

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 عند اكتشاف حريق



التعليمات

- كن هادئاً دائماً.
- لا تجازف وتعرض نفسك للخطر.
- لا تحاول جمع اغراضك الشخصية.
- إذا كان الدخان كثيفاً ازحف على الأرض.
- إذا استطعت ضع قطعة قماش مبللة بالماء على انفك وفمك.

الإجراءات

- أطلق أقرب جرس انذار.
- اتصل برقم البلاغات في حالات الطوارئ (998).
- إذا استطعت ابدأ بمكافحة الحريق باستخدام طفاية الحريق أو خرطوم المياه القريب منك.
- إذا تطور الحريق غادر المبنى فوراً.
- اتجه مباشرة الى أقرب نقطة تجمع.
- اتبع تعليمات المسؤولين عن نقطة التجمع.



التصرف الصحيح عند سماع الإنذار

التعليمات

- كن هادئاً دائماً.
- لا تستخدم المصعد إطلاقاً.
- استخدم الدرج.
- لا تحاول جمع اغراضك الشخصية.
- ابدأ بنفسك أولاً.
- لا تحاول الاجتهاد والتصرف من عندك الا إذا طلب منك ذلك.

الإجراءات

- انتبه وركز في نوع الانذار.
- كن يقظاً وجاهز للإخلاء.
- غادر المبنى فوراً حينما تسمع نداء الإخلاء أو عند استمرار (جرس/ صفارة/ نداء) الإنذار.
- اتجه مباشرة الى نقطة التجمع.
- اتبع تعليمات المسؤولين عن نقاط التجمع.



التصرف الصحيح في حالة الاحتجاز داخل غرفة

التعليمات

- كن هادئاً دائماً.
- لا تستخدم المصعد إطلاقاً.
- استخدم الدرج.
- لا تحاول جمع اغراضك الشخصية.
- ابدأ بنفسك أولاً.
- لا تحاول الاجتهاد والتصرف من عندك الا إذا طلب منك ذلك.

الإجراءات

- خُذ نفسك عميقاً ثم ازحف الى أقرب مخرج طوارئ واتجه الى نقطة التجمع.
- إذا لم تستطع: أغلق فتحة باب الغرفة
- ضع قطعة قماش مبللة بالماء أسفل الباب لمنع دخول الدخان.
- اتصل برقم البلاغات في حالات الطوارئ (998) وأبلغهم عن الحالة ومكان وجودك

علامات السلامة

تعد علامات السلامة من الأدوات المفيدة في حماية صحة وسلامة الموظفين والزوار في الجمعية حيث تشير إلى طبيعة ودرجة الأخطار المحتملة التي يمكن أن تسبب حادثاً، كما يمكن توفير توجيهات ملائمة للتخلص من الخطر أو خفضه والإشارة إلى العواقب المحتملة في حالة عدم تجنب الخطر إن إدراك الموظفين للأخطار المحيطة بهم وقيامهم بأخذ التدابير الوقائية سيؤدي لخفض احتمال وقوع حوادث أو إصابات في مكان العمل.

المبادئ الرئيسية لنظام علامات السلامة

1. إن الهدف من نظام علامات السلامة هو لفت الانتباه بسرعة للحالات التي يمكن أن تسبب خطر
2. عدم استخدام نظام علامات السلامة كبديل عن إجراءات الحماية الضرورية
3. يستخدم نظام علامات السلامة لإعطاء معلومات تتعلق بالسلامة
4. تعتمد فعالية نظام علامات السلامة على توفير معلومات كاملة ومتكررة بصفة دورية لجميع العاملين



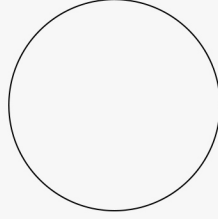
أشكال لوحات علامات السلامة

أ. الشكل الدائري للمنع.

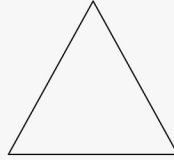
ب. شكل المثلث للتنبيه.

ج. الشكل المربع أو المستطيل للإشارات الخاصة بحالات الطوارئ أو الإشارات المتضمنة على معلومات.

الشكل الهندسي والاستخدام



تستخدم في إشارات المنع



تستخدم في إشارات التحذير



تستخدم في الطوارئ ولوحات الإشارة الملحقة والمشاركة والتجميعية



علامات المنع

العلامة	الدلالة / الاستخدام	
	علامة منع / يستخدم في الحالات الخطرة التي لم يرد ذكرها وتستخدم مع عبارة توضيحية على الإشارة المتتممة Prohibition sign	1
	ممنوع الاطفاء بالماء / توضع في أماكن التجهيزات الكهربائية والمخازن وغيرها من الأماكن التي يمنع فيها استخدام الماء لدى إطفاء الحريق Do not extinguish with water	3
	ممنوع اللمس / توضع على التجهيزات وأجزائها والأبواب وغيرها من السطوح التي يشكل التماس معها خطورة ما Do not touch	6
	ممنوع تغيير حالة المفتاح / توضع على لوحات التحكم وتشغيل الأجهزة والآلات لدى القيام بأعمال الصيانة والإصلاح Do not alter the state of the switch	7
	ممنوع وضع عوائق / توضع على طرق النجاة والمخارج وفي أماكن وسائل مكافحة الحريق وأماكن حقيبة الإسعافات الأولية وغيرها Do not obstruct	8
	ممنوع الاكل والشرب / في الأماكن التي تحتوي على مواد ضارة بالصحة والأماكن التي يمنع تناول الطعام فيها مثل (المكاتب - القاعات - المنشآت الطبية) No eating or drinking	11
	ممنوع التدخين / تستخدم في الأماكن التي يمنع فيها التدخين أو يمكن للتدخين أن يسبب حريق No smoking	12
	ممنوع استخدام المصعد من قبل الأشخاص Do not use this elevator for people	13
	ممنوع الحمل الثقيل No heavy load	14
	ممنوع الجلوس No sitting	16
	ممنوع التقاط الصور No photography	19
	ممنوع استخدام المصعد في حال حريق Do not use elevator in the event of fire	20
	ممنوع احداث لهب او اشتعال او التدخين No open flame; Fire, open ignition source and smoking prohibited	21

علامات التحذير

العلامة	الدلالة / الاستخدام	
	علامة تحذير / للفت الانتباه إلى مخاطر أخرى لم يرد ذكرها وتستخدم مع عبارات توضيحية على الإشارات الممنمة Warning sign	1
	تحذير: مواد سامة Warning: Toxic material	2
	تحذير: خطر كهرباء / توضع في جميع الأماكن التي يوجد فيها تيار كهربائي خطوط التغذية، وغيرها Warning: Electricity	3
	تحذير: مواد قابلة للاشتعال / توضع للفت الانتباه إلى الأماكن التي تتواجد فيها مواد سريعة الاشتعال مثل أبواب الدخول وأبواب الخزن والحاويات ... إلخ. Warning: Flammable material	4
	تحذير: عتبة أرضية مرتفعة / توضع في الأماكن التي تشمل على حواجز غير ظاهرة بوضوح وقد تؤدي إلى التعثر Warning: Floor-level obstacle	5
	تحذير: سقوط / توضع على مداخل الأماكن الخطرة والأماكن التي تتوافر فيها إمكانية السقوط من الأعلى وأماكن الإنشاءات Warning: fall	6
	تحذير: أسطح زلقة / توضع في الأماكن التي تتواجد فيها أماكن زلقة أو أماكن عمليات التنظيف Warning: Slippery surface	7

علامات مكافحة الحريق

العلامة	الدلالة / الاستخدام	
	بكرة خرطوم حريق / توضع في الأماكن التي يتواجد فيها مأخذ الحريق مع الخرطوم. Fire hose reel	1
	سلم حريق / توضع في أماكن تواجد سلم الحريق. Fire ladder	2
	طفاية حريق / توضع في أماكن وضع مطفأة الحريق. Fire extinguisher	3
	بطانية حريق / تستخدم في المطابخ والمقتريات وأماكن استخدام الزيت الحار. Fire Blanket	4

علامات الإلزام

العلامة	الدلالة / الاستخدام	
	علامة اجراء الزامي / تستخدم في الحالات الأخرى التي لم يرد ذكرها وهي تستخدم مع كتابة توضيحية على الإشارات المتتممة sign Mandatory action	1
	أرتد كمامة / تستخدم في الأماكن التي يمكن أن يتعرض فيها الموظف إلى ضرر في الجهاز التنفسي. Wear a mask	٣
	أرتد أحذية السلامة / توضع في الأماكن التي تتطلب حماية القدمين Wear safety footwear	4
	أرتد القفازات الواقية / توضع في الأماكن التي تتطلب حماية الايدي من تأثير الأوساط الضارة Wear protective gloves	5
	أرتد ملابس واقية / توضع في أماكن وقطاعات العمل التي تتطلب حماية وتغطية الجسم Wear protective clothing	6
	أرتد واقي الوجه / توضع في الأماكن التي تتطلب حماية الوجه والعيون Wear a face shield	7
	استخدم هذا الممر / توضع في الأماكن التي ينصح فيها بالمرور Use this walkway	8
	الرجوع الى دليل التعليمات / تستخدم في جميع أماكن العمل التي تتطلب وجود تعليمات أو دليل للتعليمات Refer to instruction manual	9
	اوصل الطرف الارضي بالأرض / تستخدم لجميع التوصيلات الكهربائية Connect an earth terminal to the ground	10
	أغسل اليدين / تستخدم في أماكن تجهيز الطعام والأماكن التي تتطلب استخدام أيدي نظيفة. Wash your hands	11
	أرتد الملابس العاكسة / تستخدم لجميع العاملين والمتطوعين خارج المباني ليلاً Wear high-visibility clothing	13
	أرتد واقي للعين / توضع في الأماكن التي تتطلب حماية العيون Wear eye protection	14
	افصل الكيبل عن مصدر الكهرباء / توضع في الأماكن التي تتطلب فصل الكهرباء عن الأجهزة وتوقف عمل التجهيزات الكهربائية وغيرها من الحالات Disconnect mains plug from electrical outlet	15
	افصل اولاً قبل الاصلاح والصيانة / توضع في الأماكن التي تجرى فيها أعمال الصيانة والإصلاح Disconnect before carrying out maintenance or repair	16

علامات النجاة في حالات الطوارئ

العلامة	الدلالة / الاستخدام	
	مخرج طوارئ لليساار / توضع فوق الأبواب الخاصة بمخارج النجاة التي تفتح من الجهة اليسرى وعلى الجدران مع سهم توجيه للدلالة على اتجاه الحركة نحو مخرج النجاة. Emergency Exit	1
	مخرج طوارئ لليمين / توضع فوق الأبواب الخاصة بمخارج النجاة التي تفتح من الجهة اليمنى وعلى الجدران مع سهم توجيه للدلالة على اتجاه الحركة نحو مخرج النجاة. Emergency Exit	2
	سهم توجيه / تستخدم فقط مع إشارات النجاة للدلالة على اتجاه الحركة Direction, arrow (90° increments), safe condition	3
	سهم توجيه / تستخدم فقط مع إشارات النجاة للدلالة على اتجاه الحركة Direction, 45° arrow safe condition	4
	نقطة تجمع / تستخدم في الأماكن المحددة لتجمع الأشخاص لدى وقوع حريق أو حوادث أخرى. Evacuation assembly point	5
	الاسعافات الأولية / توضع على أبواب وجدران الأماكن التي تتواجد فيها صناديق الإسعافات الأولية. First Aid	6
	نقالة اسعاف / توضع على أبواب وجدران الأماكن التي تتواجد فيها وسائل نقل المصابين. Stretcher	7
	أكسر للوصول / توضع على الأبواب والجدران لإتاحة إمكانية الدخول والخروج لبعض الأماكن عبر كسر بنية محددة مثال: كسر واقى زجاجي. ويستخدم في أوقات الطوارئ كالحريق. Break to obtain access	8
	طبيب / تستخدم في المنشآت الطبية والعيادات Doctor	9

علامات ذوي الاحتياجات الخاصة

العلامة	الدلالة / الاستخدام	
	علامة الإعاقة الحركية / تستخدم هذه العلامة للذين يعانون من الإعاقة الحركية بما فيها مستخدمي الكرسي المتحرك لدخول الممرات والأماكن العامة التي تتطلب أن يكون مستواها منخفضا لتناسب مع حركة الكرسي المتحرك. Motor disability sign	1
	علامة الاتجاه نحو اليمين مخرج طوارئ معاق / توضع للإشارة إلى اتجاه مخارج الطوارئ المخصصة للمعاق ويجب إن تكون في مكان بارز ومضيئة ويدير عليها المعاق في حالات إخلاء تدريبية Disability right exit	2
	علامة مخرج المخصصة للمعاق / توضع في أماكن المخارج الأبواب والمنزلق المخصصة للمعاقين Disability exit	3



شركاء في البناء ... شركاء في العطاء



www.alkawthar.org.sa



جمعية الكوثر الصحية الخيرية بعسير
Alkawthar Charitable Health Organization in Aseer



حاصلون على
جائزة السبعيني للتميز
في العمل الخيري



جائزة الملك خالد
King Khalid Award
بناء الإنسان - تنمية المجتمع



+966532263300 +966172263300 +966172260033 P.C. 62527 P.O.Box 2305

www.alkawthar.org.sa info@alkawthar.org.sa المملكة العربية السعودية - أبها - المنسك - طريق ابوهريرة (الأربعين)

alkawtharorg

alkawtharorg

alkawtharorg

alkawtharorg

alkawtharorg