



سلامة وصحة العامل في الزراعة

دليل عملي للعاملين

4 ما هي الهيئة الثنائية الزراعية (E.B.A.A) ؟
5 مزايا التأمين المتبادل والتكاملات
5 حقوق الحصول على المزايا والشروط
8 المزايا الاستثنائية
10 النموذج 1
12 النموذج 2
14 مقدمة إلى الدليل
15 الأنشطة في القبو
18 التقييم اليدوي
20 الحصاد اليدوي وقطف الفاكهة
23 تخزين الأعلاف والمواد العلفية
25 تنظيف الأبقار
27 استخدام السُّلم اليدوي
30 إجراءات لتجنب الأضرار الناجمة عن الحرارة
31 خطر الحريق
31 نظام الطريق
32 الخطر البيولوجي
33 بعض القواعد العامة لتجنب إصابة الظهر (أثناء رفع الأثقال)
34 أدوات يدوية
35 شكل ولون ومعنى الإشارات
38 معدات الحماية الشخصية

مقدمة إلى الدليل

اللوائح الوزارية المشتركة الصادرة في 27 مارس 2013 عن وزارة العمل والسياسات الاجتماعية، بالتنسيق مع وزارة الصحة ووزارة السياسات الزراعية والغذائية والغابات، بناءً على توصية من أبرز المنظمات النقابية العمالية وأصحاب العمل، قد حددت إجراءات مبسطة للإجراءات المتعلقة بإبلاغ العمال وتدريبهم والمراقبة الصحية في القطاع الزراعي.

بالنسبة للتدريب والإبلاغ، فإن التبسيط يقتصر على العمال الموسميّين الذين يعملون لدى نفس الشركة لمدة لا تتجاوز خمسين يومًا في السنة، وذلك فيما يتعلق بالأعمال العامة والبساطة التي لا تتطلب مؤهلات مهنية محددة.

"ينص المرسوم على أن تقديم التدريب المبسط يمكن أن يتم من خلال تزويد العمال المعنيين بوثائق خاصة، والتي تنص عليها اللائحة نفسها، بأنها" تحتوي على مؤشرات كافية لتزويد العمال بمعرفة لتحديد المخاطر وتقليلها وإدارتها، وكذلك لنقل المعرفة والإجراءات المفيدة لاكتساب الكفاءات اللازمة لأداء مهامهم في الشركة بأمان وتحديد وإزالة، أو تقليل وإدارة المخاطر في بيئة العمل".

تشدد اللائحة على ضرورة اعتماد الوثائق المخصصة للعمال الموسميّين من قبل السلطات الصحية المحلية أو المؤسسات الثنائية والمؤسسات المشتركة في المجال الزراعي.

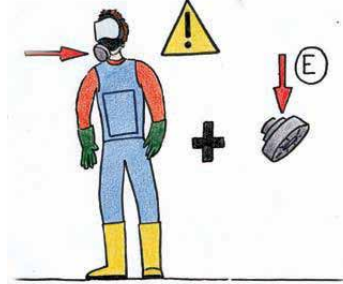
ولتحقيق هذا الهدف المؤسسي وتمكين التنفيذ العملي للمشروع، قررت الهيئة الثنائية الزراعية دعم وتمويل إعداد هذا الدليل واعتماد محتواه، إيمانًا بأن التدريب الفعال يجب أن يعتمد على رسائل واضحة ومباشرة مدعومة بصور توضيحية سهلة الفهم. بناءً على هذا النهج، تم إعداد هذا الدليل مع التركيز على وضوح واختصار الرسائل، مع الحفاظ على الدقة القانونية والتقنية للمحتوى، ولكن بطريقة تسهل فهمه من قبل فئة العمال المستهدفة.

الأنشطة في القبو

في عملية صنع النبيذ وتنظيف أماكن ومعدات القبو، يتم استخدام ثاني أكسيد الكبريت (SO₂)، والذي يطلق مواد يمكن أن تسبب أضرارًا صحية بالغة عند استنشاقها أو ملامستها.
يجب على عامل القبو أن يقرأ بعناية ورقة بيانات السلامة المرفقة بكل منتج كيميائي.

ويتصرف عامل القبو على النحو التالي:

1. أثناء تعبئة مقياس الكبريت و تكبريت العصور أو النبيذ، يرتدي عامل القبو قفازات مقاومة للتآكل وأحذية مطاطية.
لحماية الجهاز التنفسي والعينين، يرتدي قناع وجه مضاد للغازات مع فلتر خاص (E2 أصفر) أو جهاز تنفس ذاتي. يمكن استخدام نظارات واقية مع نصف قناع وفلتر.



2. قبل ملء مقياس الكبريت، يجب فحص صمامات أسطوانة ثاني أكسيد الكبريت، والأنبوب المطاطي، ومقياس الكبريت للتأكد من سلامتها. في حالة وجود أي تلف، يجب استبدال الأجزاء المعطلة.

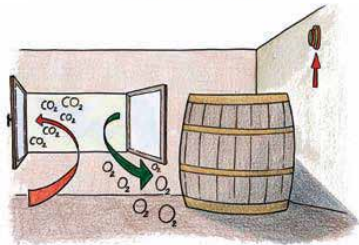
3. يجب إجراء عملية ملء مقياس الكبريت في مكان مفتوح، مع وجود شخص آخر مجهز بكمامة وقفازات للسلامة، وذلك لضمان وجود مساعدة فورية في حالة حدوث أي طارئ.



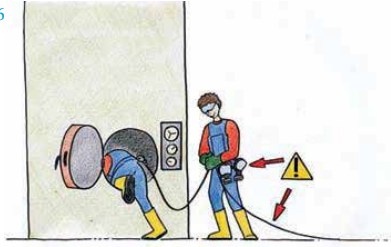
4. عند استخدام الدقيق الأحفوري أو الطين لتوضيح النبيذ، يجب حماية الجهاز التنفسي باستخدام قناع مزود بفلتر أبيض يحمل الحرف P3.



5. يضمن تهوية كافية لأماكن التخزين لضمان تزويد الهواء بالأكسجين، خاصة وأن الهواء قد يشبع بثاني أكسيد الكربون (CO₂) غاز عديم اللون والرائحة).



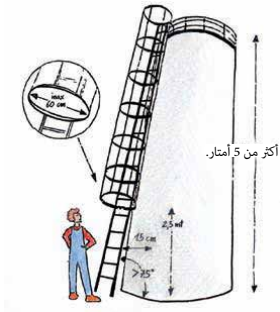
6. قبل الدخول إلى الأحواض، يستخدم عامل القبو أجهزة كشف ثاني أكسيد الكربون ، وربما يستخدم مراوح عمودية لطرد الغاز. يدخل العامل إلى الحوض مرتديًا حزام أمان بحبل ، ومراقبة من عامل آخر من الخارج. العامل الذي يراقب من الخارج مجهز بقناعين للوجه مع جهاز تنفس ذاتي للاستخدام في حالات الطوارئ.



7. قبل العمل على ارتفاع، مثل فوق الأحواض المستخدمة في إعادة ضخ العصير، يربط العامل نفسه بحبل أمان .



8. يستخدم العامل سلام أمانة، وعند تجاوز ارتفاع السلم 5 أمتار يجب أن يكون السلم ثابتًا ومزودًا بمساند للحماية.



9. نظرًا لوجود الماء والرطوبة في القبو، يرتدي العامل أحذية ذات نعل مضاد للانزلاق لمنع الحوادث.



معدات الحماية الشخصية الواجب استخدامها:



أحذية مانعة للانزلاق



قفازات



نظارات واقية



أقنعة وجه



حزام الأمان

المخاطر التي يجب تجنبها:



الانزلاق



السقوط



المخاطر الكيميائية

ماذا تفعل هذه المعدات؟	ما الذي لا تفعله هذه المعدات؟
استخدم أقنعة مزودة بفلتر من النوع E ملء جهاز قياس الكبريت واستخدامه.	لا تدخل إلى الأحواض إلا إذا كنت ترتدي حزام أمان ويتم مراقبتك من قبل عامل آخر.
قم بتهوية أماكن التخزين والتأكد من عدم وجود غاز ثاني أكسيد الكربون باستخدام أجهزة كشف خاصة.	لا تعمل على ارتفاعات خطيرة دون ارتداء حزام أمان.
استخدم منصات عمل ثابتة عند العمل على ارتفاعات.	لا تقم بتنظيف باستخدام مواد التعقيم دون ارتداء قفازات وأحذية واقية.

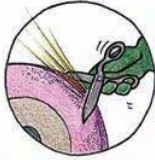
التقليم اليدوي

يجب على المقلم دائماً ارتداء النظارات الواقية والقفازات المقاومة للقطع والتآكل والأحذية المانعة للانزلاق. يجب أن تكون مقابض أدوات القطع مريحة وخفيفة ومتينة ومغطاة بمادة مانعة للانزلاق. هناك العديد من أنواع المقصات المناسبة لأنواع مختلفة من التقليم أو أنواع النباتات. المقصات الكهربائية أو الهوائية مزودة بأقفال أمان لمنع التشغيل العرضي. واجبات المقلم:

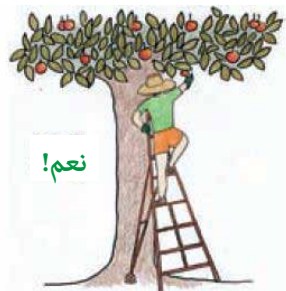
1. تأكد من أن المقصات والمناشير مناسبة لنوع النبات الذي ستقوم بتقليمه.



2. حافظ على نظافة أدواتك وقم بتشحيمها يوميًا. شحذ الشفرات عندما تحتاج إلى جهد أكبر لقطع الفرع، وقم بتعديل المسافة بين الشفرات عندما يصبح القطع غير دقيق.



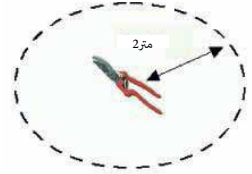
3. ضع أدوات القطع في عليها الخاصة خلال فترات الراحة وبعد الانتهاء من العمل.
4. قم بحماية الجروح الناتجة عن التقليم باستخدام مادة لاصقة أو منتج وافي مناسب.
5. قم بتعقيم الأدوات بمنظف مناسب في حالة وجود أمراض نباتية.
6. استخدم السلم بحذر شديد. قم بوضعه على الشجرة بحيث يكون موازيًا للجذع وليس بشكل جانبي، لأن الفروع قد تنكسر وتجعلك تسقط.



7. في حالة استخدام عربة أو منصة عمل:
- التزم بالتعليمات التي يقدمها صاحب العمل.
 - اتبع توصيات السائق.
 - لا تقم بتغيير أو تعطيل أجهزة الحماية.
 - تمسك بالمقابض أثناء الحركة.
 - لا تميل أو تخرج من العربة أو المنصة.
 - أصدع أو انزل من العربة أو المنصة فقط عندما تكون متوقفة.
 - حافظ على مسافة آمنة من العمال الآخرين..



8. لا يُسمح لأي شخص آخر بالدخول إلى المنطقة التي يعمل بها أداة القطع.



9. يحمل هاتفًا محمولًا في مكان العمل لتحديد موقعه في حالة الطوارئ، ويحمل أيضًا مجموعة إسعافات أولية للتدخل السريع في حالة حدوث أي إصابة.

معدات الحماية الشخصية الواجب استخدامها:



أحذية مانعة للانزلاق



قفازات



احم عينيك

المخاطر التي يجب تجنبها:



الانزلاق



السقوط



القطع

ما الذي لا تفعله هذه المعدات؟	ماذا تفعل هذه المعدات؟
لا تقم بالتقليم عندما تكون أدوات القطع باهتة أو لا تعمل بكفاءة.	احترم المسافة الآمنة بينك وبين البستاني الآخرين
لا تستخدم مقصات كهربائية أو هوائية لا تحتوي على أجهزة الأمان.	حافظ على أدواتك في حالة جيدة
لا تستخدم المنشار الكهربائي أثناء الوقوف على السلم	استخدم السلم بشكل صحيح

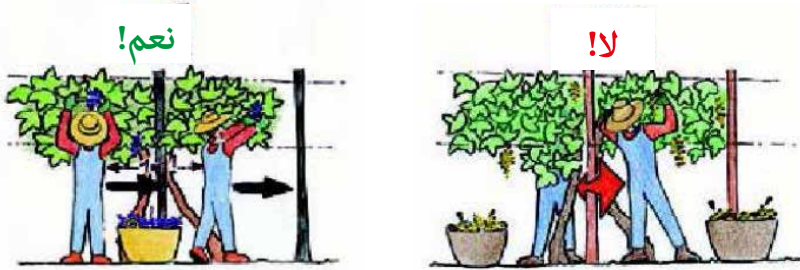
الحصاد اليدوي وقطف الفاكهة

حصاد العنب وجمع الثمار في ظروف بيئية متباينة ومتغيرة تمرار، مثل المطر والبرد والرياح والشمس، وقد تتغير درجات رارة بشكل كبير خلال نفس اليوم. ارتداء الملابس بطريقة طبقية، أي ارتداء عدة طبقات من 'بس متوسطة الوزن فوق بعضها البعض، يسمح للعاملين كيف بسهولة مع التغيرات المناخية المفاجئة.



يتبع العامل الماهر الإجراءات التالية:

1. خلال موسم العنب: استخدم قفازات واقية من الجروح لحماية يديك من أدوات القطع مثل المقصات والسكاكين. خلال جمع الفواكه: استخدم قفازات مناسبة لحمايتك من بقايا المبيدات الحشرية التي قد تكون موجودة على النباتات والثمار وتجنب التلوث البيولوجي.
2. اتبع نفس اتجاه حركة زملائك في العمل و لا تقف أمام أي عامل آخر.



3. استخدم السلم بحذر شديد وانتبه إلى وضعه. قم بوضعه على الشجرة بحيث يكون موازيًا للجذع وليس بشكل جانبي، لأن الفروع قد تنكسر وتجعلك تسقط.



4. تجنب الصعود إلى أعلى السلم: لا تصعد إلى آخر ثلاث درجات من السلم، وعندما تستخدم سلمًا مزدوجًا، قف دائمًا أمام نقطة الجمع.



5. إذا تم جمع الثمار من الأرض باستخدام أدوات مساعدة، كما هو الحال في جمع الزيتون، يجب أخذ فترات راحة لتجنب إجهاد الذراعين.

6. في حالة استخدام عربة جمع:

- التزم بالتعليمات التي يقدمها صاحب العمل.
- اتبع توصيات السائق.
- لا تقم بتغيير أو تعطيل أجهزة الحماية.
- تمسك بالمقابض أثناء الحركة.
- لا تميل أو تخرج من العربة أو المنصة.
- أصدع أو انزل من العربة أو المنصة فقط عندما تكون متوقفة.
- حافظ على مسافة آمنة من العمال الآخرين..



7. يلتقط الصندوق من الأرض ويرفعه من وضع القرفصاء، مع إبقاء الظهر مستقيماً والحمل قريباً من الجسم، ولا يقوم بتدوير الجذع بل ينقل الجسم بأكمله جانبياً.



8. يحافظ على نظافة وترتيب الأدوات التي سلمت إليه.

9. يحمل هاتفه المحمول معه إلى مكان العمل لتحديد موقعه في حالة الطوارئ.

معدات الحماية الشخصية الواجب استخدامها:



أحذية مانعة للانزلاق



قفازات



احم عينيك

المخاطر التي يجب تجنبها:



الانزلاق



السقوط



القطع

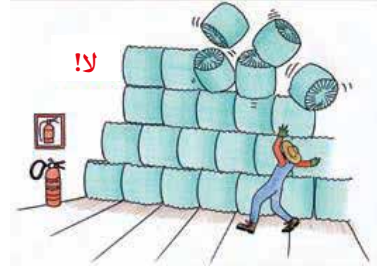
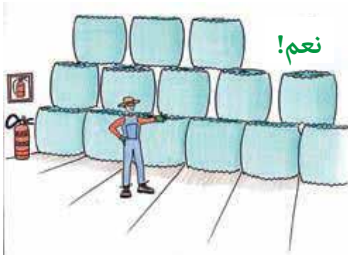
ماذا تفعل هذه المعدات؟	ما الذي لا تفعله هذه المعدات؟
يلتزم بالتعليمات والإجراءات التي يصدرها صاحب العمل ولا يقوم بأي عمل خارج نطاق هذه التعليمات.	لا يقوم بإزالة أو العبث بأجهزة السلامة الموجودة على الآلات والأدوات المستخدمة.
يرفع الأوزان التي لا تتجاوز الحد الأقصى المسموح به (25 كجم للرجال و 15 كجم للنساء).	لا يتناول المشروبات الكحولية أو الأدوية التي تؤثر على ردود أفعاله.
يحافظ على مسافة آمنة من زملائه في العمل.	لا يعمل مقابل زميل آخر في نفس الصف أو على نفس الشجرة.

تخزين الأعلاف والمواد العلفية

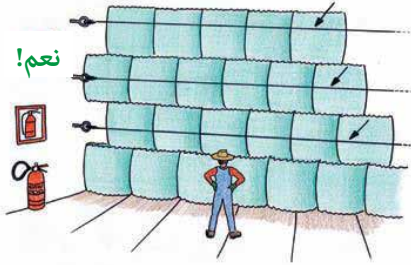
الأماكن والمباني المخصصة لتربية الحيوانات غالبًا ما تكون مليئة بالغبار. القش والأعلاف والمواد العلفية تنتج جزيئات دقيقة جدًا يمكن حملها بسهولة بواسطة الهواء. لتجنب استنشاق هذه الجزيئات وتهيج العينين، يستخدم المزارع كامات ونظارات واقية.



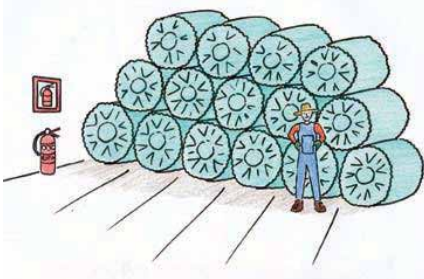
يهتم الأشخاص الذين يعملون مع الأعلاف والمواد العلفية بـ:
1. يجب تخزين البالات واللفائف بشكل مرتب مع مراعاة إمكانية سقوطها.



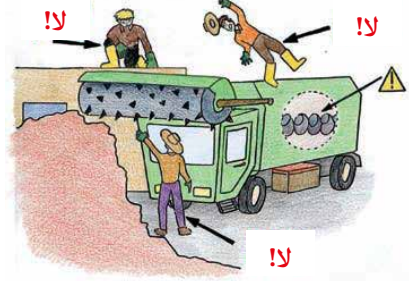
2. يمكن تكديس البالات واللفائف "عموديًا" حتى ارتفاع ثلاثة طوابق كحد أقصى لتجنب سقوطها المفاجئ وضرب العامل. بالنسبة للتكديس الذي يزيد عن أربعة طوابق، يجب استخدام أسلاك أو حبال خاصة لمنع الانزلاق.



3. يمكن تكديس اللفائف "أفقياً" بحيث تستند على حافتها المنحنية، مع وضع أسافين على الجانبين لمنعها من الدوران.



4. يجب توخي الحذر الشديد عند التعامل مع الآلات (مثل الجرارات المحملة أو الرافعات التلسكوبية)، والابتعاد عن مسافة آمنة عن الآلة أثناء عملها.
5. يمنع التدخين أو إشعال النيران في مناطق تخزين القش والأعلاف والمواد العلفية، والتأكد من وجود طفاية حريق للوقاية من الحرائق.
6. في وجود عابرات تغذية ، يجب الالتزام بمعايير السلامة وعدم الاقتراب من الأجزاء المتحركة.



معدات الحماية الشخصية الواجب استخدامها:



أحذية مانعة للانزلاق



قفازات



ملابس واقية



احم عينيك

المخاطر التي يجب تجنبها:



الانزلاق



السقوط



القطع

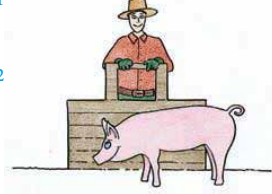
ما الذي لا تفعله هذه المعدات؟	ماذا تفعل هذه المعدات؟
لا يجب تكديس البالات واللفائف بشكل عشوائي	يجب ارتداء قناع واقٍ من الغبار أثناء نقل وتوزيع الأعلاف والمواد العلفية
يمنع التدخين أو إشعال النيران في مناطق تخزين القش والأعلاف والمواد العلفية	يجب تكديس البالات واللفائف على ارتفاع لا يتجاوز ثلاثة طوابق، وفي حالة تجاوز هذا الارتفاع، يجب استخدام أسلاك أو حبال خاصة لمنع الانزلاق
يجب التأكد من وجود طفاية حريق صالحة للاستعمال في مكان قريب	يجب تثبيت اللفائف المستندة على حافتها المنحنية باستخدام أسافين لمنعها من الدوران
لا يجب إجراء أي صيانة على عربة الخلط والتغذية أثناء دوران الأجزاء	يجب العمل على مسافة آمنة من الآلات التي تحتوي على أجزاء متحركة

تنظيف الأبقار

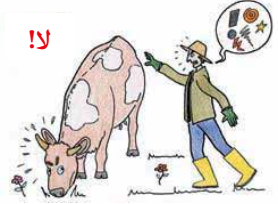
يمكن للحيوانات الموجودة في المزرعة أن تتفاعل بشكل مفاجئ وتمثل خطرًا كبيرًا على العاملين. أثناء عمليات تنظيف الأبقار، هناك خطر من أن يصاب العامل بسحق من قبل الحيوان.

يجب على العامل أن يعمل بالطرق التالية:

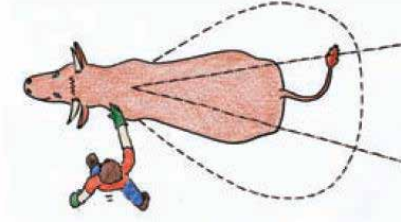
1. يمنع إيذاء الحيوانات باستخدام المسامير الكهربائية أو العصي أو الضرب، ويمنع استخدام أي أدوات ميكانيكية لإجبارها على الحركة.
2. يجب نقل الحيوانات بمساعدة شخص آخر على الأقل، واستخدام أدوات واقية مناسبة (مثل ألواح خشبية).



3. يجب الاقتراب من الحيوان ببطء وهدوء، والوقوف أمامه، وإصدار أصوات هادئة لإخباره بوجودك، وذلك لتجنب ردود فعله العنيفة وغير المتوقعة.



4. يجب أن يكون التماس مع الحيوان من الجانب، عند مستوى الكتف، لتجنب الرفس والدفع بالرأس أو القرون.



في المزارع، تكون أماكن العمل رطبة غالبًا، وكذلك المراعي الخارجية؛ لذلك يجب على العامل ارتداء حذاء مقاوم للانزلاق، مزود بقبعة واقية لحماية القدم من خطر داس الحيوان.

الخطر البيولوجي المرتبط بانتقال الأمراض

يجب التعامل مع خطر انتقال العدوى من الحيوان إلى الإنسان باستخدام معدات الحماية الشخصية المناسبة، مثل:

- الكمامة
- القفازات
- البذلات الواقية
- الأحذية.

معدات الحماية الشخصية الواجب استخدامها:



أحذية مقاومة للانزلاق مع غطاء واقٍ للأصابع



قفازات



كمامة



ملابس واقية مناسبة

المخاطر التي يجب تجنبها:



الانزلاق



سحق اليدين والقدمين



الخطر البيولوجي

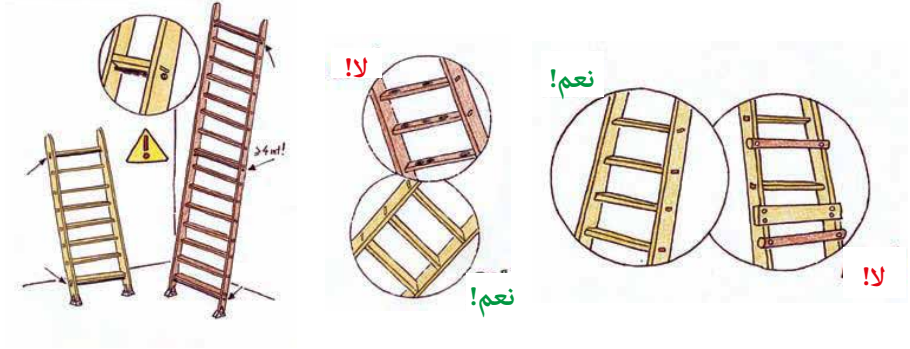
ماذا تفعل هذه المعدات؟	ما الذي لا تفعله هذه المعدات؟
يجب الاقتراب من الحيوان من الجانب بهدوء وببطء لتجنب مفاجئته	يُمنع استخدام أدوات مثل المسامير الكهربائية أو العصي لضرب أو دفع الحيوانات
يجب استخدام حواجز متحركة لتوجيه الحيوانات، مع ارتداء أحذية واقية ذات نعال مقاومة للانزلاق وغطاء واقٍ للأصابع	يجب تجنب الصراخ أو الحركات المفاجئة التي قد تخيف الحيوان
يجب تثبيت الحيوانات في أماكن مخصصة عند إجراء الفحوصات	يجب تجنب إجبار الحيوانات على الصعود على منحدرات زلقة أو مرتفعات

استخدام السلم اليدوي

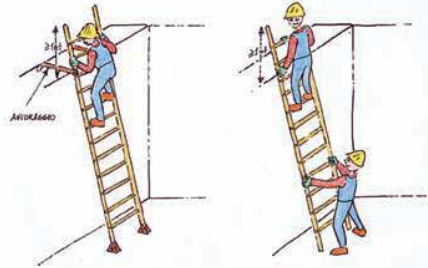
السلم اليدوي

السلم اليدوي مصنوع من درابزين خشبية خالية من العقد، مثبتة في الدعامات الرئيسية ومثبتة بها بواسطة قوسين حديديين أسفل الدرابزينين المتطرفين (الأول والأخير).

إذا تجاوز ارتفاع السلم أربعة أمتار، يجب إضافة قوس حديدي متوسط.



أثناء الاستخدام، يجب تثبيت السلم وتأمينه لمنع الانزلاق أو الانقلاب. إذا تعذر تثبيت السلم، يجب على شخص آخر تثبيته من الأسفل.

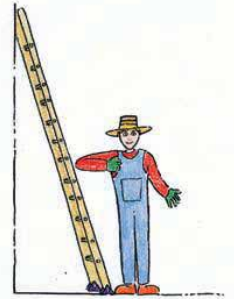


إذا كان السلم يستخدم للوصول إلى مستوى أعلى، يجب أن يمتد الدعامتان الرئيسيتان لمسافة متر واحد على الأقل فوق المستوى للوصول إليه بأمان.

يجب أن توضع السلم بزواوية ميل مناسبة. للتأكد من أن زاوية الميل صحيحة، يمكنك إجراء اختبار بسيط: قف بقدميك ملاصقتين لقاعدة السلم وبشكل موازٍ للدرابزين، وارفع مرفقك بحيث يكون موازيًا لكتفك.

إذا كانت زاوية الميل صحيحة، فإن مرفقك سيلمس السلم. إذا لم يمس مرفقك السلم، قم بتعديل زاوية السلم وحاول مرة أخرى.

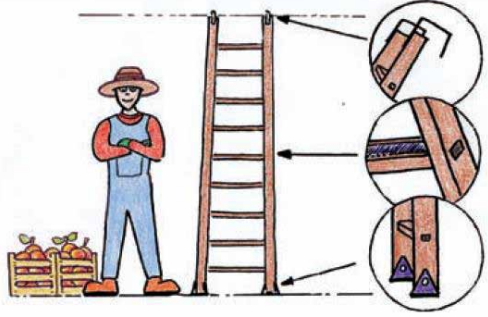
اصعد أو انزل السلم متمسكًا به بكلتا يديك في كل الأوقات.



السلم البسيط المحمول

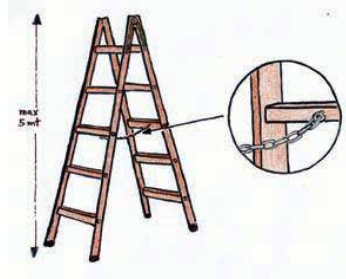
يجب أن يتضمن السلم البسيط المحمول الميزات التالية:

- (1) أقدم تثبيت
- (2) درابزين مضادة للانزلاق
- (3) أقدم دعم مضادة للانزلاق



السلم المزدوجة

لا يجب أن يتجاوز ارتفاع السلم المزدوجة 5 أمتار ، ويجب أن تكون مزودة بألية تمنع فتحها لأكثر من الحد الأقصى المسموح به (مثل سلسلة).

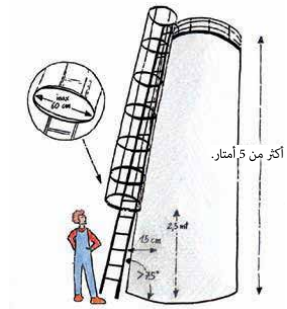


عند القيام بأعمال مثل قطف الفاكهة أو التقليم، يجب على العامل أن يضع السلم دائماً مواجهاً للشجرة مباشرة، وذلك لتجنب الانزلاق والسقوط.



السلم الثابت

السلم الثابتة ذات الدرابزين التي يزيد ارتفاعها عن 5 أمتار ويزيد ميلها عن 75 درجة يجب أن تكون مزودة بقفص معدني واطي متين يبدأ من ارتفاع 2.5 متر.



معدات الحماية الشخصية الواجب استخدامها:



أحذية مائعة للانزلاق



قفازات



خوذة واقية

المخاطر التي يجب تجنبها:



الانزلاق



السقوط



سقوط مواد

ماذا تفعل هذه المعدات؟	ما الذي لا تفعله هذه المعدات؟
استخدم سلام متينة ومطابقة لمعايير السلامة، ويفضل أن تحمل علامة "EN 131"	لا تستخدم سلام من صنع يدوي أو تم إصلاحها بطريقة تقريبية (مثل السلام الخشبية المسمرة)
استخدم سلمًا بسيطاً وثبتته بشكل آمن بنقطة ارتكاز	لا تصعد أبدًا الدرجات الثلاث الأخيرة من السلم
ارتدِ الخوذة الواقية إذا كنت تساعد زميلًا في حمل السلم	لا تستخدم السلام المتضررة والتي قد تؤثر على استقرارها (مثل الملتوية أو المشوهة أو المتصدعة)

إجراءات لتجنب الأضرار الناجمة عن الحرارة

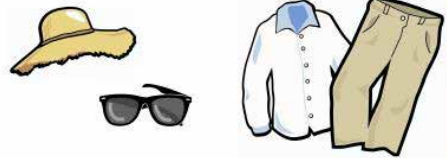
يجب اعتبار الأيام التي تشهد ارتفاعاً في درجة الحرارة والرطوبة (خاصة عند تجاوز ٣٠ درجة مئوية) والأوقات التي تشهد موجات حرارة مفاجئة أياماً محفوفة بالمخاطر.

إجراءات محددة

- تخطيط مهام العمل في الهواء الطلق بحيث تبدأ بفترات قصيرة ثم تزداد تدريجياً.
- يجب جدولة الأعمال التي تتطلب جهداً بدنياً أكبر في أوقات أكثر برودة، مثل الصباح الباكر أو المساء.
- تقسيم المهام البدنية بين العمال وتناوبهم عليها لتجنب الإرهاق.
- توفير كمية كافية من الماء البارد النقي والمشروبات الرياضية لترطيب الجسم أثناء فترات الاستراحة.
- من المهم شرب الماء قبل الشعور بالعطش وبشكل متكرر خلال ساعات العمل، وتجنب المشروبات المثلجة، وإضافة المشروبات المالحة إذا كنت تتعرق بشكل كبير.

- استخدام ملابس تسمح للعامل بالحماية من الآثار الضارة للحرارة وأشعة الشمس فوق البنفسجية (الأشعة فوق البنفسجية) وتحديدًا:
- **غطاء الرأس:** يُنصح بارتداء قبعة ذات حواف عريضة ودائرية توفر حماية جيدة، ليس فقط للرأس، بل أيضًا للأذنين والأنف والرقبة.

- **الملابس:** يُنصح بارتداء ملابس خفيفة ذات أكمام طويلة وسراويل طويلة بألوان فاتحة ومن قماش قابل للتنفس (مثل القطن).
- يُنصح، إذا كان ذلك متوافقاً مع نوع العمل، بارتداء **نظارات شمسية ضيقة** لمنع مرور الأشعة فوق البنفسجية، واستخدام **واقي الشمس** على الأجزاء المكشوفة من الجسم.



- تنظيم العمل بحيث يتضمن فترات راحة في مكان بارد أو مظلل قدر الإمكان، مع تحديد مدة هذه الفترات تبعاً للظروف الجوية والجهد البدني المطلوب للعمل.
- تجنب تناول الكحول والمخدرات.
- تجنب وجبات الغداء الدسمة
- تجنب العمل في أماكن منعزلة دون إبلاغ الزملاء أو صاحب العمل مسبقاً.



- على الطبيب المختص تحديد أي موانع صحية لممارسة العمل أو تحديد العمال المعرضين للخطر (مثل الحالات المرضية المزمنة، السمنة، تناول الأدوية، إلخ)، واتخاذ الإجراءات اللازمة لحمايتهم.

ما هي علامات التحذير؟

- بشرة ساخنة وحمراء
- عطش شديد
- شعور بالضعف
- تشنجات عضلية
- غثيان وقيء
- دوام، وتشنجات
- حالة من الارتباك
- فقدان الوعي



إذا شعرت بأي أعراض غير طبيعية، مثل الدوار أو الصداع الشديد،
يجب عليك إبلاغ زملائك في العمل أو المسعف على الفور

إجراءات الإسعافات الأولية

أهم إجراءات الإسعافات الأولية التي يجب اتخاذها في حالة الإصابة بضربة شمس هي:

- اتصل على الرقم 118!
- استدع مسعفاً فوراً
- ضع المصاب في مكان مظلل وبارد، مستلقياً في حالة الدوار، وعلى جانبه في حالة الغثيان
- افتح أو اخلع ملابسه
- ضع كمادات ماء باردة على الجبهة والرقبة والأطراف
- قم بتهوية المكان حول المصاب
- إذا كان المصاب واعياً، أعطه الماء أو المحلول الملحي بكميات قليلة كل 15 دقيقة
- ابقِ المصاب في حالة راحة تامة.

خطر الحريق

الاجراءات الرئيسية للحد من خطر الحريق في المزارع:

- ◀ عدم التدخين في المناطق المعرضة لخطر الحريق: مثل الحظائر والمخازن ومخازن المواد القابلة للاشتعال;
- ◀ عدم تخزين السوائل القابلة للاشتعال بالقرب من التبن والقش؛
- ◀ الحفاظ على مخرج الطوارئ خالية من العوائق ووضع علامات عليها بشكل واضح؛
- ◀ معرفة واتباع جميع إجراءات الطوارئ في حالة نشوب حريق: مثل تشغيل الإنذار واستخدام طفايات الحريق والإخلاء.



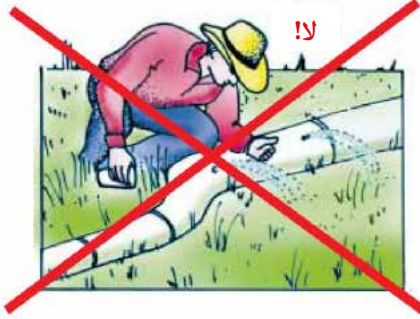
نظام الطريق

- يجب تجنب الوقوف في المناطق التي تعمل بها الآلات الزراعية أو التي تقوم فيها بالمناورات
- يجب توخي الحذر الشديد عند المرور عبر البوابات والمسارات والطرق داخل المزرعة وخارجها.

الخطر البيولوجي

في العمل الزراعي والحيواني، إذا لم يتم اتباع بعض الإجراءات الوقائية البسيطة، فقد ينتج عن ذلك خطر بيولوجي (أي مرض معدٍ) ناتج عن:

- التربة والقش الملوثان؛
- الحيوانات الأليفة والبرية: مثل الكلاب والقطط والفئران والحمام وغيرها من الطيور، قد تنقل الأمراض للإنسان؛
- المواشي؛
- الماء: سواء كان ماء الشرب أو الاستحمام أو الري، فقد يكون ملوثاً بمسببات الأمراض.



- إجراءات وقائية عامة:
- يجب ارتداء ملابس واقية وأحذية قوية لحماية الجسم من الجروح والإصابات التي قد تتسبب في العدوى؛
- يجب شرب الماء النظيف من شبكة المياه العامة لتجنب الإصابة بالأمراض المنقولة بالماء، حيث قد يكون الماء الموجود في الآبار ملوثاً؛

- يجب توخي الحذر عند التعامل مع الحيوانات، حيث قد تنقل بعض الأمراض للإنسان؛
- يجب تجنب استخدام الأدوات الحادة التي قد تسبب الجروح والخدوش؛
- يجب تنظيف الجروح فوراً بالماء والصابون وتعقيمها بيروكسيد الهيدروجين (ماء الأكسجين)؛
- يجب تغطية الجروح بضمادة مقاومة للماء قبل العودة إلى العمل؛
- يجب غسل الأيدي جيداً بالماء والصابون قبل الأكل أو الشرب أو التدخين؛
- يجب تنظيف الملابس والأدوات المستخدمة في التعامل مع الحيوانات بشكل جيد بعد الاستخدام.



- يجب استخدام المراحيض بشكل منتظم للحفاظ على النظافة الشخصية؛
- يجب الحصول على تطعيم ضد التيتانوس كل 5-10 سنوات؛
- لا تجمع القش للتخزين وهو رطب؛
- يجب تجنب تخزين العلف (مثل التبن) في مكان رطب، حيث يؤدي ذلك إلى نمو العفن والفطريات؛
- يجب تجنب توليد الغبار عند توزيع العلف على الحيوانات، ويمكن تحقيق ذلك عن طريق العمل في الهواء الطلق أو ترطيب العلف أو استخدام الكمامات؛

بعض القواعد العامة لتجنب إصابة الظهر (أثناء رفع الأثقال)

تطبيق جميع النصائح الواردة هنا على الأجسام التي يزيد وزنها عن ٣ كيلوغرامات: فالأوزان الأقل من ذلك تكون خطورتها على الظهر ضئيلة عموماً.



لا!

تجنب رفع أو وضع أي جسم على الأرض أو أعلى من مستوى الرأس.



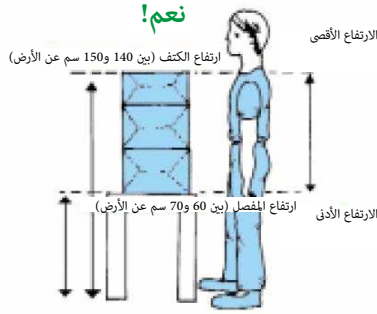
لا!

تجنب لف الجذع وإبق الحمل قريباً من الجسم.

يُفضل نقل الأجسام ضمن المنطقة الواقعة بين مستوى الكتفين ومستوى قبضة اليد (مع قبض اليد بجانب الفخذ).
هذه الطريقة تتجنب اتخاذ أوضاع ضارة بالظهر.



لا!



إذا كنت سترفع شيئاً من الأرض:



لا!

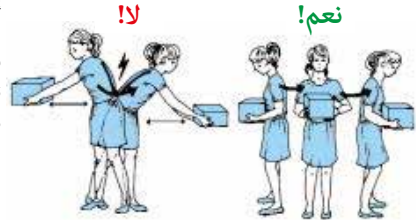


نعم!

لا تبق ساقيك مستقيمة.
اقرب الشيء إلى جسمك وقم بثني ركبتك: ضع قدمًا واحدة أمام الأخرى للحصول على توازن أفضل.

إذا كنت ستقل أشياء:

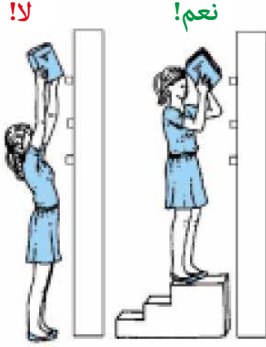
قرب الشيء من جسمك.
تجنب لف الجزء العلوي من الجسم فقط، بل قم بتدوير جسمك بالكامل باستخدام ساقيك.



لا!

نعم!

إذا كنت ستضع شيئاً في مكان مرتفع



تجنب انحناء ظهرك بشكل مفرط. لا ترمِ الجمل.
استخدم كرسيًا صغيرًا أو سلمًا.

بالإضافة إلى ذلك، من الجيد تجنب:

- سحب أو دفع أشياء ضخمة جدًا، تعيق الرؤية على سبيل المثال؛
- نقل الأشياء أثناء المشي على أرضيات زلقة أو غير مستوية؛
- تحريك الأشياء في مساحات ضيقة؛
- ارتداء ملابس أو أحذية غير مناسبة.

أدوات يدوية

لتخفيف العبء عن العمل، من الضروري أن تكون الأدوات المستخدمة:

- في حالة جيدة (أطراف غير مهترئة، شفرات غير ملتوية، إلخ)؛
- أكثر ملاءمة للعمل الذي يتم إجراؤه (مجارف وريش بأسنان من سبيكة الألمنيوم ومقابض خشبية خفيفة).

خلال استخدام المجراف، من المفيد:

- توسيع قاعدة الدعم للأطراف السفلية، بوضع قدم واحدة للأمام، في اتجاه الحركة؛
- وضع مقبض المجراف على الفخذ؛
- عدم استخدام مجارف ذات مقبض طويل جدًا؛
- عدم ملء المجراف بشكل زائد.

شكل ولون ومعنى الإشارات

تنقسم إشارات التحذير حسب اللون والتصميم والشكل والحجم. فيما يلي بعض من أكثر الإشارات استخدامًا في أماكن العمل وغيرها.



علامات المنع: شكل دائري؛ صورة سوداء على خلفية بيضاء؛ شريط أحمر مائل بزاوية 45 درجة من أسفل اليسار إلى أعلى اليمين يقطع الصورة، (اللون الأحمر يغطي ما لا يقل عن 35% من الإشارة)



علامات الوجوب: شكل دائري؛ صورة بيضاء على خلفية زرقاء (اللون الأزرق يجب أن يغطي ما لا يقل عن 50% من مساحة العلامة)



علامات التحذير: شكل مثلث؛ صورة سوداء على خلفية صفراء، حافة سوداء (اللون الأصفر يجب أن يغطي ما لا يقل عن 50% من مساحة العلامة)



علامات الإنقاذ: شكل مربع أو مستطيل؛ صورة بيضاء على خلفية خضراء (اللون الأخضر يجب أن يغطي ما لا يقل عن 50% من مساحة العلامة)



علامات الإطفاء: شكل مربع أو مستطيل؛ صورة بيضاء على خلفية حمراء (اللون الأحمر يجب أن يغطي ما لا يقل عن 50% من مساحة العلامة)

علامات المنع



ممنوع التدخين



ممنوع استخدام النار المكشوفة



ماء غير صالح للشرب



ممنوع المشاة



ممنوع إطفاء الحريق بالماء



ممنوع الدخول إلا للأشخاص المصرح لهم

علامات الوجوب



حماية العين إلزامية



حماية السمع إلزامية



ارتداء أحذية السلامة إلزامي



ارتداء القفازات الواقية إلزامي



حماية الجسم إلزامية



حماية الوجه إلزامية



ممر المشاة إلزامي

علامات التحذير



مواد قابلة للاشتعال



مواد سامة



خطر عام



خطر كهرباء



خطر عام



سوائل قابلة للاشتعال



خطر التناثر



خطر السقوط

علامات الإنقاذ



اتجاه الخروج - مخرج الطوارئ

علامات الإطفاء



خرطوم إطفاء



طفاية حريق

معدات الحماية الشخصية



معدات الحماية الشخصية هي أي أدوات أو ملابس يرتديها العامل لحمايته من الإصابات والأخطار المحتملة في مكان العمل. هذه المعدات قد تشمل الخوذات، والنظارات الواقية، والقفازات، والأحذية الخاصة، وأجهزة التنفس وغيرها. معدات الحماية الشخصية الخاصة بك يمكن أن تنقذ حياتك، لذلك يجب عليك الاعتناء بها واستخدامها بشكل صحيح.

تنظيف وصيانة معدات الحماية الشخصية

يجب قراءة دليل التعليمات للحصول على فهم أفضل لميزات معدات الحماية الشخصية والفحوصات/ المواعيد النهائية التي تخضع لها. من الضروري العناية بمعدات الحماية الشخصية المتاحة لكم والإبلاغ فوراً إلى مسؤوليكم عن أي عيب أو مشكلة.

كيفية تخزين معدات الحماية الشخصية

اقرأوا بعناية المعلومات الواردة في دليل التعليمات. احفظوا معدات الحماية الشخصية بعيداً عن مصادر الحرارة والغيار وأشعة الشمس والرطوبة. يجب لف النظارات والأقنعة بقطعة قماش نظيفة وناعمة أو وضعها في علبة واقية، ووضع الأحذية بشكل مستقيم وعمودي، والخوذة أو غطاء الرأس في مكان نظيف وجاف. بالنسبة لأقنعة حماية الجهاز التنفسي، يرجى استشارة مسؤولي السلامة.

يمكن لمعدات الحماية الشخصية الخاصة بك أن تنقذ حياتك من الأخطار.

الشكر والتقدير:

شركة سيكور بروجيت - أركواتا سكريفني - ألساندريا

www.sicurproget.it

الطبعة: أبريل 2015

الطبعة: ليتوغرافيا فيسكاردي - ألساندريا



الهيئة الثنائية الزراعية في ألساندريا

العنوان: شارع تروفي رقم 122 - 15121 ألساندريا - هاتف محمول: 331 8210721 - فاكس: 0131 56580
البريد الإلكتروني: ebaa@confagricolturalessandria.it
البريد الإلكتروني المعتمد: ebaa@legalmail.it

اتحاد المزارعين في ألساندريا

العنوان: شارع تروفي رقم 122 - الدور الأول - 15121 ألساندريا - هاتف: 0131 43151 - فاكس: 0131 263842
البريد الإلكتروني: info@confagricolturalessandria.it

الاتحاد الوطني للمزارعين في ألساندريا

العنوان: كورسو كريمبيا 69 - 15121 ألساندريا - هاتف: 0131 235891 - فاكس: 0131 252144
البريد الإلكتروني: alessandria@coldiretti.it

الاتحاد الإيطالي للمزارعين في ألساندريا

العنوان: شارع سافونارولا رقم 29 - 15121 ألساندريا - هاتف: 0131 236225 - فاكس: 0131 41361
البريد الإلكتروني: alessandria@cia.it

الاتحاد العام الإيطالي للعمال - فرع ألساندريا

العنوان: شارع بارما رقم 36 - 15121 ألساندريا - هاتف: 0131 253249 - فاكس: 0131 253249
البريد الإلكتروني: fai.alessandria@cisl.it

الاتحاد الإيطالي للعمال الزراعيين والأغذية والسلح - فرع ألساندريا

العنوان: شارع كافور رقم 27 - 15121 ألساندريا - هاتف: 0131 308216 - فاكس: 0131 254689
البريد الإلكتروني: flai.al@email.it

الاتحاد الإيطالي للعمال في الصناعات الغذائية والسلح الاستهلاكية - فرع نوفي ليغوري

العنوان: شارع بيبيترو إيزولا رقم 28 - 15067 نوفي ليغوري - هاتف: 0131 861443 - فاكس: 0131 890169
البريد الإلكتروني: alessandria@uila.it

