

دليل الصحة والسلامة المهنية بكلية الإعلام، جامعة صنعاء

## تمهيد:

إن دليل الصحة والسلامة المهنية يعتبر مرجعاً مهماً لموظفي وأعضاء هيئة التدريس والباحثين والطلبة بكلية الإعلام، جامعة صنعاء، لذا فالجميع مطالب بتحمل المسؤولية الملقاة على عاتقهم فيما يخص صحة بيئة العمل، وسلامة الأفراد، والممتلكات والأجهزة والمعدات التي تندرج تحت مسؤوليتهم.

وقد تم تجميع هذا الدليل من سياسات قواعد الصحة والسلامة بهدف الحد من المخاطر التي قد يتعرض لها منتسبي الكلية وتقليل الخسائر التي تنجم عن الضرر الذي قد يلحق بممتلكاتها.

وتعتبر السلامة المهنية مجموعة من القواعد والنظم التي تهدف إلى الحفاظ على الإنسان والممتلكات من خطر الإصابة والتلف بسبب أداء العمل، من خلال توفير بيئة عمل آمنة خالية من مسببات الحوادث أو الأمراض المهنية.

ويعد دليل الصحة والسلامة المهنية برنامجاً تأمل الكلية من خلاله تطبيق أهداف السلامة التي تنشدها الجامعة ككل، والكلية ووحداتها الفنية خصوصاً، والتي قد تحقق قواعد السلامة عند تقيدها بها أثناء أداء أعمالنا اليومية.

## ❖ قواعد السلامة الأساسية لأساتذة وموظفي وباحثي الكلية:

- التعاون والعمل الجماعي حتى تكون السلامة جزءاً لا يتجزأ من العمل اليومي.
- التبليغ الفوري للمشرف عن الحالات الخطرة، وكذلك إدارة السلامة وإدارة القسم المعني.
- التبليغ الفوري عن كافة الأعمال الخطرة داخل مرافق الجامعة ومحيطها.
- التبليغ عن وقوع الحوادث والإصابات عند حدوثها بصرف النظر عن طبيعتها وحجمها.
- ضمان الحصول الفوري على الخدمة الطبية العادلة واللائمة دون النظر إلى جنسية صاحبها أو مركزه الوظيفي.
- الدراية بإجراءات التبليغ عن الحريق وطرقها، ووسائل التعامل معه، ومعرفة نوعية طفايات الحريق وطريقة استخدامها الاستخدام الأمثل.
- التقيد بالعلامات واللوحات الإرشادية والتحذيرية.
- التماشي مع أدلة السلامة وإجراءاتها المعتمدة من قبل الجهات العليا بكل دقة، وذلك أثناء العمل.
- معرفة جميع موظفي الكلية بإجراءات الإخلاء وطرقه في حالات الطوارئ.
- عدم استخدام أية أجهزة إلا المناسبة منها للمهمة المفروضة.
- الاطلاع على جميع إرشادات السلامة وبنودها الخاصة بمنطقة العمل.
- الدراية بأنظمة السلامة والإجراءات الخاصة بكل قسم واتباعها بدقة.
- التخلص من جميع النفايات بطريقة آمنة ولائقة كما هو مقرر في دليل إرشادات السلامة المقرر من إدارة الجامعة.
- المعرفة بالطريقة الصحيحة الآمنة التي يؤدي بها العمل، وإذا لم يكن الموظف (أو الموظفة) متأكداً من ذلك؛ فليقم بسؤال الرئيس المباشر عن الطريقة المثلى لأداء العمل بشكل لا تشوبه المخاطر.
- المشاركة بالرأي وتقديم المقترحات والتوصيات التي يمكن أن تساعدك على أداء العمل بطريقة صحيحة آمنة.
- التفكير ملياً في التصرف السليم الذي ينبغي سلوكه واتباعه أثناء العمل.
- عدم إضافة أي أعباء أو جهد زائد على الدوائر الكهربائية.
- الامتناع تماماً عن استخدام الغرف الميكانيكية أو الكهربائية لغير ما خصص لها.
- عدم ترك الأسلاك الكهربائية ممددة على الأرض حتى لا يتم التعثر بها.
- استخدام المقابس الكهربائية ذات المسامير الثلاثة التي لها خاصية التأريض بديلاً عن ذات المسامير، وعدم التشغيل على مصدر كهربائي واحد سوى جهاز واحد فقط.
- وضع اللوحات الإرشادية والتحذيرات اللازمة بشكل واضح في مناطق العمل التي قد تنطوي على مخاطر، مثل مسح الأرضيات أو العمل بالأسقف على سبيل المثال.

- عند القيام بمسح الممرات أو الدرج وتنظيفها يتم مسح النصف العرضي وترك النصف الآخر للاستخدام بأمان مع وضع لافتة موضح فيها (أرضية مبللة).
- ينبغي قبل فتح الأبواب التأكد من أن تكون الجهة الأخرى خالية قبل فتحها إن كان لهذه الأبواب إطار للرؤية، وإلا يتم فتحها ببطء باستخدام المقبض.

### ❖ قواعد السلامة لطلبة وطالبات الكلية:

رغم أن سلامة الطلبة والطالبات من أهم أولويات أي كلية أو صرح أكاديمي، ومن مسؤولياتها، إلا أنها أيضاً من مسؤولية الطالب نفسه، فعليه المساهمة في تحقيق أهدافها حتى نضمن بيئة عمل تعليمية خالية من المخاطر، فدور الطالب مقترن بدور الكلية والجامعة في هذا الشأن، وقد يجهل الطالب نفسه طبيعة الحوادث التي قد يتعرض لها أثناء تواجده داخل المرافق التعليمية، فعلى سبيل المثال لا الحصر يعد السقوط والانزلاق والصدمات الكهربائية والحريق من أكثر الحوادث التي يتعرض لها الطلبة والطالبات أثناء أداء مهمتهم، ولذلك بات لزاماً على الكلية توعية الطلبة والطالبات جميعاً بكيفية السلامة من مثل تلك الحوادث، عبر إعطائهم دورة تدريبية لمدة يوم على أقل تقدير قبل بدء أداء عملهم داخل المرفق نفسه، ليس هذا فحسب بل إنه يتوجب على مسؤولي السلامة داخل الكلية معرفة طرق التعامل مع كل حالة من حالات الحوادث على حدة، خاصة متى عرفنا أن طرق الإخلاء والتعامل مع الطلبة تختلف عنها مع الطالبات، مع ضرورة الأخذ بعين الاعتبار طبيعة بيئة عمل المرأة في اليمن.

### ❖ قواعد السلامة العامة في مكاتب وقاعات المحاضرات بالكلية:

- أ- الحرص التام على إجراءات السلامة بشكل عام.
- ب- إخطار الإدارة المختصة بشؤون السلامة عن أي مشاهدات غير آمنة أو سليمة للأسلاك الكهربائية أو الأجهزة والمعدات الموجودة في الإدارة؛ لتفادي المخاطر التي قد تنجم عن ذلك.
- ت- عدم وجود ما يعيق الحركة في المكتب أو القاعة الدراسية أو يتسبب في وقوع حادث ما، كأسلاك الهاتف أو الكهرياء الممددة بطريقة غير آمنة.
- ث- التثبت من غلق أبواب الخزائن والأدراج عند الانتهاء من استخدامها.
- ج- عدم سحب أكثر من درج في نفس الوقت.
- ح- وضع المواد الخفيفة على أرفف عالية وليس على الأرض بخلاف المواد الثقيلة التي توضع على الأرفف السفلى أو الأرض.
- خ- منع التدخين نهائياً.
- د- عدم التخلص من المواد الحادة كالمعادن والزجاج المكسور في النفايات العادية، والاتصال بخدمات النظافة للمساعدة في التخلص الآمن منها.

- ذ- الالتزام بملابس العمل حسب نظام الكلية والجامعة.
- ر- عدم الاستناد بشكل مكثف على الكرسي المتحرك الهزاز عند الجلوس عليه.
- ز- عدم استخدام الأثاث المكسور وإبلاغ الإدارة المختصة عنه.
- س- عدم استخدام الكراسي أو الطاولات أو الصناديق في الوصول إلى الأماكن والأرفف المرتفعة واستخدام السلم بدلا من بذلك.
- ش- الإبلاغ عن أي إصابات مهما كانت بسيطة.
- ص- الإبلاغ عن أي أجهزة أو معدات معطلة قد تتسبب فيما بعد بوقوع إصابة قد لا تحمد عقباها.
- ض- استخدام الأفياش والمقابس الكهربائية المطابقة لمواصفات الجامعة والكلية.
- ط- أخذ الحيطة عند شرب السوائل الحارة كالشاي والقهوة وغيرها.
- ظ- أداء بعض التمارين بين الفينة والأخرى أثناء الجلوس في المكتب لتجنب الإصابات المترتبة على الجلوس لفترات طويلة.

#### ❖ قواعد سلامة خدمات النظافة المستخدمة في الكلية ومرافقها:

- أ. يجب الالتزام باستخدام نوع وكمية محددين من المنظفات لعمل ما، وأن يتم ذلك تحت إشراف مسؤول، ويجب استخدام معدات الحماية المناسبة لطبيعة العمل، لاحتمال أن استخدام أنواع متعددة من المنظفات قد ينجم عنه لاسمح الله حوادث أو تلف الغرض المراد تنظيفه.
- ب. استخدام مزيلات الشحوم والبقع المذابة عضوياً، الآمنة نسبياً.
- ت. يحظر تماماً استخدام البنزين ورابع كلوريد الكربون في أعمال النظافة مهما كانت.
- ث. مزيلات البقع المستخدمة لإزالة المواد غير القابلة للامتزاج في الماء يجب أن تكون من أقل الأنواع قابلة للاشتعال والسامة، مثل كلورفورم الميثيل، وذلك بعد أخذ الموافقة عليها من قبل الإدارة المعنية والمختصين، وأن تكون تحت إشرافهم، مع وضع قواعد صارمة آمنة لطرق السلامة منها.
- ج. عدم خلط المنظفات مع بعضها، مما قد يترتب عليه إحداث غازات خطيرة أو تفاعلات لا تحمد عقباها.
- ح. عدم سكب الماء على الأحماض أو القلويات حتى لا تحدث تفاعلات عنيفة قد تسبب أضرارا يصعب التخلص منها.
- خ. في حال دخول مواد غريبة إلى العينين أو ملامستها للجلد يتم غسلها بالماء بشكل مستمر لمدة لا تقل عن ١٠ دقائق إلى حين توفر عناية طبية فورية.
- د. استخدام نوعية محددة من الشمع المقاوم للانزلاق.
- ذ. وضع ملصقات بلغة واضحة مفهومة على جميع الحاويات للتعريف بمحتوياتها من المنظفات، كما يجب وضع السوائل التي يفترض أن تكون قابلة للاشتعال في أوعية وأغلفة آمنة سبقت الموافقة على مواصفاتها.

ر. المبيدات التي تستخدم لمكافحة الحشرات والقوارض والطفيليات يجب أن تتم الموافقة عليها مسبقاً، وأن تكون تحت إشراف شخص مختص، مع محاولة الحد من استخدام تلك المبيدات بطريقة مفرطة، مع مراعاة تطبيق أنظمة السلامة وبنودها، واستعمال معدات الوقاية الشخصية عند استخدامها.

أما عند جمع النفايات والمهملات والتخلص منها يجب القيام بالتالي:

- ❖ وضع ملصقات تعريفية بلغة واضحة مفهومة على كافة أنواع النفايات.
- ❖ استخدام القفازات الطبية الموصى بها لحماية اليدين.
- ❖ عدم نيش سلة المهملات أو حاوية النفايات على الإطلاق.
- ❖ التأكد من الإغلاق المحكم للبطانة البلاستيكية بشكل سليم آمن، قبل نقل محتويات سلة المهملات إلى حاويات الجمع والتخلص منها.
- ❖ الإمساك بسلة المهملات من الأطراف وقلبها لإفراغ ما بها في الحاوية المخصصة لهذا الغرض.

### قواعد السلامة في التعامل مع طفايات الحريق:

- يجب التأكد من الإجراءات التالية قبل استخدام الطفاية:
- ❖ إخلاء كل من يمكن تعرضه لخطر مباشر أو غير مباشر.
- ❖ حصر الحريق في المنطقة التي نشب فيها.
- ❖ إبلاغ الجهات المعنية بالحريق حسب أرقام الاتصال المخصصة لذلك، وتشغيل جهاز إنذار الحريق في كل مرافق المنشأة.
- ❖ مغادرة الموقع فوراً إذا فشلت الجهود في إطفاء الحريق الناشب، وذلك بعد التأكد من وجود مهرب آمن.
- ❖ التأكد من حالة طفاية الحريق وإذا ما كانت تعمل بكفاءة أم لا؟
- ❖ الدراية التامة بكيفية استخدام طفاية الحريق وخرطوم المياه والتدريب على ذلك بشكل مهني عملي.
- ❖ تجنب مكافحة الحريق في حالة عدم القدرة على ذلك والتوجه لأقرب مخرج قريب، ثم إحكام إغلاقه بعد الإخلاء والخروج.
- ❖ التعرف على جميع مخارج الطوارئ في محيط العمل.
- ❖ تجنب استخدام المصاعد - في حال وجدت - أثناء نشوب الحريق.
- ❖ سرعة التصرف دون ذعر ولا ارتباك.

### ❖ متطلبات السلامة في استديوهات وإذاعة الكلية ومعامل الوسائط المتعددة:

تعتبر السلامة في استديوهات وإذاعة الكلية ومعامل الوسائط المتعددة من أهم ما تحرص عليه الكلية، لذا فإن هناك متطلبات عامة وأخرى خاصة في هذا الشأن ومنها:

- ١- يُحظر دخول الاستديوهات ومعمل الوسائط وإذاعة الكلية إلا من قبل المصرح لهم بذلك فقط، أو برفقة المشرف أو المشرفة عليها.
- ٢- التقييد بمضمون جميع اللوحات التحذيرية والإرشادية واتباع ما فيها.
- ٣- توضيح مسميات الأجهزة والمعدات التقنية في الاستديوهات بوضع ملصقات تعريفية واضحة عليها.
- ٤- عدم استخدام أي مواد قابلة للاشتعال.
- ٥- إعداد خطة مكتوبة تشتمل على الإجراءات الواجب على الطلبة وأعضاء هيئة التدريس اتباعها في حالة وقوع حادث عرضي أو مفاجئ في الاستديوهات أو معمل الوسائط أو الإذاعة التدريبية.
- ٦- عدم تناول الطعام أو الشراب في الاستديوهات، أو معمل الوسائط الصحفية، أو الإذاعة التدريبية، أو وضع مستحضرات التجميل.

#### قواعد السلامة العامة في حمل الأجهزة أو المعدات ونقلها من استديوهات وإذاعة الكلية ومعمل الوسائط المتعددة:

- ❖ الإعداد الجيد المسبق عند نقل الأجهزة والمعدات أو حملها من مكان لآخر، والحرص على وصولها بطريقة سليمة وآمنة.
- ❖ التأكد من أن جميع أجزاء الجهاز المراد نقله أو حمله في حالة جيدة، ومثبتة تثبيتاً جيداً، وأنه لا توجد أي قطع حادة خارجة منه، وفي توازن مقبول، وألا يكون مستواه أعلى من مستوى النظر.
- ❖ التأكد من عدم وجود زوائد جانبية للحمل المراد نقله، وإمكانية التحكم به دون انزلاق اليدين وعدم وجود أجزاء حادة أو مسامير قد تعرضك أو تعرض الآخرين للخطر، والتأكد من لبس القفازات المناسبة لليدين.
- ❖ استخدام الرافعات الميكانيكية إذا كان الجهاز المراد حمله ثقيلًا جداً مع طلب المساعدة في ذلك، ويمكن فك الجهاز إلى قطع ليسهل حمله إذا أمكن ذلك.
- ❖ استخدام الآلات الخاصة عند نقل معدات من أماكن عالية.
- ❖ معرفة الطرق السليمة الآمنة لحمل الأشياء، وثني الركبتين عند حملها وعدم حني الظهر عند ذلك.

#### قواعد السلامة العامة في استديوهات وإذاعة الكلية ومعمل الوسائط المتعددة:

- ١) العمل على تنظيف المنطقة المراد العمل بها وإزالة كل عائق بها، والتأكد من خلوها من المواد القابلة للاشتعال.
- ٢) التأكد من أن كل ما يتطلبه العمل المراد إنجازه متوفر قبل البدء في تنفيذه.
- ٣) التأكد دائماً من توفر طفاية حريق مناسبة لطبيعة العمل في مكان العمل، وأن تكون تلك الطفاية في حالة جيدة يمكنها العمل بشكل فعال وتجربتها قبل البدء في العمل نفسه.

- ٤) تثبيت مراوح تهوية قوية فعالة وذات جودة عالية، لمنع تراكم الأبخرة والأتربة الضارة بمحتويات الاستديوهات ومعمل الوسائط والإذاعة.
- ٥) عدم استخدام سلم مكسور أو به أي خلل، وفي حال وجود مثل ذلك يلزم إبلاغ مشرف الصيانة.
- ٦) عدم استخدام السلم المستقيم ذي الثلاث درجات للوصول إلى الأماكن العالية.
- ٧) استخدام خوذة الرأس والغطاء الواقي للوجه والقفاذات، وأحذية السلامة عند القيام بأعمال اللحام في الاستديوهات، وارتداء النظارات الخاصة بسلامة العينين لحمايتها.
- ٨) إطفاء شعلة اللحام عند عدم استخدامها، وتركها حتى تبرد قبل وضعها جانباً.
- ٩) التأكد من عدم وجود أي خلل في توصيلات المعدات الكهربائية.

### قواعد السلامة في التعامل مع الكهرباء باستديوهات وإذاعة الكلية ومعمل الوسائط المتعددة:

- تجنب إضافة أي جهد زائد على الدوائر الكهربائية والأفياش متعددة الأغراض، إذ إن ذلك قد يشكل جهداً قد ينجم عنه نتائج سلبية قد لا تحمد عقباها.
- تجنب مد الأسلاك الكهربائية على الأرض لأن ذلك قد يشكل تهديداً لأمن المارة، - وكذا من يعمل في بيئة العمل ذاتها، ولعل منها التعثر الذي قد ينجم عنه إصابات - إلا بعد الحصول على موافقة مسبقة مكتوبة من المختصين.
- يُمنع استخدام التوصيلات الكهربائية، لكون هذا الأمر مقتصرًا على المختصين، وإن أية محاولة لاستخدامها من غير المختصين يشكل خطراً.
- تجنب استعمال المقبس ذي الرأسين بدلا من ذي الثلاثة رؤوس عن طريق التوصيلات مما يؤدي إلى عدم الاستفادة من نظام التأريض.
- منع تمرير المعدات فوق الأسلاك الكهربائية بصرف النظر عن نوعية أو حجم تلك الأجهزة أو المعدات.
- في حالة اكتشاف بوادر وجود حرارة في مقابس المعدات أو أسلاكها عند استخدامها أو قبل ذلك، فإنه يتوجب إخطار الإدارة المختصة أو الشخص المختص فوراً بذلك حتى لا يترتب على ذلك حصول كارثة لا سمح الله.
- متى كان هناك اشتباه واضح في الأجهزة التي تسبب شحنات كهربائية - سواء أكان ذلك أثناء عملها أم قبل ذلك - توجب إخطار الإدارة المختصة أو الشخص المختص فوراً ودون تردد حتى يتمكن من عمل اللازم حيالها.
- معرفة قوة الطاقة الكهربائية في محيط العمل حتى وإن كان مقدور تلك القوة نسبياً.
- قبل توصيل الأجهزة والمعدات بالدوائر الكهربائية يتوجب التأكد من أن زر تشغيل هذه الأجهزة والمعدات في وضع الإغلاق التام حتى لا يترتب على ذلك أي مشكلة قد تطرأ بسببه.



- المعرفة والإدراك المسبق لكل إجراء يتوخى التمشي معه وتطبيقه التطبيق الأمثل عند الانقطاع المفاجئ للتيار الكهربائي، أو متى كان هناك اختباراً مسبقاً لمثل هذا التيار الكهربائي أو ما شابهه.

### ❖ القواعد العامة للسلامة خارج نطاق العمل:

- عدم استخدام أي أجهزة أو معدات - صغيرة كانت أو كبيرة، خطرة أو غير خطرة - دون الخبرة والدراية التامة بها، خاصة الكهربائية منها.
- ارتداء اللبس الصحيح الملائم لكل أنواع الأنشطة بغض النظر عن طبيعتها، وكذا ارتداء كل ما من شأنه الحد من أي أضرار داخل محيط العمل أو خارجه، مع الأخذ في عين الاعتبار أن تكون نوعية الملابس مريحة حتى تتمكن من أداء العمل المناط بيسر وسهولة.
- التأكد من الحفاظ على الممتلكات الشخصية بصرف النظر عن قيمتها.
- عدم العمل في أوقات ارتفاع درجات الحرارة ولو كان ذلك على حساب تعطيل العمل أو تأجيله إلى وقت تنخفض فيه درجة الحرارة إلى مقدار يسمح للموظف بإكمال ما بدأ العمل به، مع التوصية بشرب الماء بشكل مكثف في أوقات ارتفاع درجات الحرارة.
- التأكد من أن جميع أفراد العائلة، صغيرهم وكبيرهم - خاصة الأطفال والرضع منهم - يرتدون حزام الأمان داخل السيارة.
- التأكد من أن السيارة مقفلة بإحكام حتى وإن كانت متوقفة.
- التأكد من الاستخدام الأمثل للكهرباء، فذلك له مردود اقتصادي على الميزانية.
- التأكد من إطفاء مصابيح الكهرباء عند عدم الحاجة إليها، لأن ذلك له مردود اقتصادي أيضاً.
- الحرص على إزالة كل ما انسكب على السطح أو الأرض فوراً، فعدم إزالته الفورية قد يسبب سقوطاً أو نتائج سلبية قد لا تحمد عقباه.
- الحرص على أن يكون بالمنزل - بصرف النظر عن مساحته - طفاية حريق مع مستلزماتها، وكذا معرفتك ومعرفة جميع أفراد العائلة بالطريقة المثلى لاستخدامها.