

دورة أساسيات السلامة والصحة المهنية في بيئة العمل

AGILE LEADERS
Training Center

AGILE LEADERS
Training Center

دورة أساسيات السلامة والصحة المهنية في بيئة العمل

نظرة عامة

يبدأ بناء بيئة تشغيلية آمنة وموثوقة من وعي كوادر الخطوط الأمامية والمسؤولية المشتركة وتطبيق الاحتياطات الوقائية اليومية. توفر دورة أساسيات السلامة والصحة المهنية في بيئة العمل للموظفين غير المختصين وقادة الفرق والكوادر التشغيلية برنامجا تأهيليا يمتد لعشرة أيام لتغطية أساسيات الصحة المهنية والوقاية الميدانية. يكتسب المشاركون المعارف الضرورية حول بروتوكولات معدات الحماية الشخصية وفحص المخاطر الروتينية وتدابير الاستجابة الأولية. ومن خلال فحص المواقف التشغيلية اليومية عبر عشر وحدات تدريبية مركزة، يكتسب المتدربون الثقة لتحديد الممارسات غير الآمنة وظروف العمل غير الملائمة قبل وقوع الإصابات. تقدم هذه الدورة بواسطة أجايل للتدريب.

الفئة المستهدفة

- قادة الفرق ومشرفو المواقع المعينون حديثا والراغبون في اكتساب فهم تشغيلي لسلامة بيئة العمل.
- الكوادر العامة وموظفو الخطوط الأمامية الذين يحتاجون إلى تأهيل منظم في تقييم المخاطر اليومي.
- منسقو الإدارة والمرافق المسؤولون عن توزيع معدات الوقاية الشخصية ومتابعة لوحات التنبيه الميدانية.
- ممثلو الأقسام في لجان السلامة والصحة المهنية المشتركة.
- فرق الدعم التشغيلي الساعية لاكتساب قاعدة معرفية متينة قبل الالتحاق بالبرامج التخصصية المتقدمة.

الإدارات والقطاعات المستهدفة

يناسب هذا البرنامج التأسيسي الكوادر غير المتخصصة في مجموعة واسعة من القطاعات التشغيلية والخدمية.

- إدارات العمليات التشغيلية والمستودعات والخدمات اللوجستية
- أقسام صيانة المرافق والخدمات الإدارية المساندة
- قطاع الرعاية الصحية والخدمات المساندة في المنشآت الطبية
- مراكز التوزيع وتجارة التجزئة وخطوط التجميع الخفيفة
- القطاع الحكومي والخدمات البلدية ومشاريع البنية التحتية العامة

أهداف التعلم

بنهاية هذه الدورة، سيكون المشاركون قادرين على:

- تطبيق أساسيات الصحة المهنية ضمن إجراءات العمل اليومية في مختلف نوبات التشغيل.
- تنفيذ إجراءات تحديد المخاطر الروتينية باستخدام قوائم التحقق والملاحظة المنظمة.
- إجراء تقييم المخاطر اليومي للمهام الاعتيادية وبيئات العمل المختلفة في الأقسام.
- اختيار معدات الحماية الشخصية وفحصها والمحافظة عليها وفق متطلبات كل مهمة.
- التعرف على مسببات الإجهاد البدني في هندسة بيئة العمل والتعرض الكيميائي والمخاطر الميكانيكية.
- تطبيق خطط العمل في حالات الطوارئ وتوجيه الزملاء أثناء عمليات الإخلاء الآمن للمباني.

جدول الدورة

اليوم 1: أسس الرفاه المهني والاحتياطات الميدانية

- المفاهيم الجوهرية للسلامة في بيئة العمل والمسؤولية الفردية للموظف
- الدوافع الأخلاقية والمالية للحفاظ على بيئات عمل نظيفة ومنظمة
- تصنيفات الإصابات الشائعة: الالتواءات والجروح القطعية والحروق وحوادث السقوط
- فهم المصطلحات الأساسية للسلامة واللوحات التحذيرية المعتمدة
- دور كوادر الخطوط الأمامية في ترسيخ ثقافة اليقظة والوقاية التشغيلية
- المراجعة اليومية والتأمل في السلوكيات الفردية والممارسات الميدانية

اليوم 2: الواجبات التنظيمية والسياسات المرجعية

- التزامات المنشأة بتوفير بيئة عمل آمنة ومعدات وأدوات عمل سليمة
- مسؤوليات العاملين في الحيطة والإبلاغ السريع والامتثال لتعليمات السلامة
- التعامل مع أدلة السياسات الداخلية وإجراءات التشغيل القياسية
- أهداف لجان السلامة في الأقسام ودور ممثلي العاملين
- التواصل الفعال بشأن ملاحظات السلامة دون خشية الإجراءات الجزائية
- مراجعة جماعية لنماذج صياغة سياسات السلامة والصحة المهنية

اليوم 3: تحديد المخاطر الروتينية والنظافة والترتيب

- التمييز بين الظروف التشغيلية الطبيعية والمخاطر الميدانية الناشئة
- معايير النظافة والترتيب لمنع الانزلاق والتعثر وتفادي انسداد الممرات
- صيانة مسارات المشاة وتفتيش أسطح الأرضيات وإجراءات احتواء الانسكابات
- إرشادات التخزين السليم للمواد والمخزون وحوامل المنصات الخشبية
- تنفيذ جولات المعاينة قبل بدء نوبة العمل وتوثيق الملاحظات الميدانية
- تمارين عملية باستخدام قوائم التحقق لرصد المخاطر الشائعة في بيئة العمل

AGILE LEADERS
Training Center

اليوم 4: تقييم المخاطر اليومي وتحليل المهام

- المراحل الخمس لتنفيذ تقييم المهام اليومية بصورة منهجية
- تحديد مستويات الاحتمالية والآثار المترتبة على خطوات العمل الروتينية
- مراعاة متطلبات الفئات الأكثر عرضة للمخاطر والزوار ومقاولي الخدمات
- التفريق بين الظروف التشغيلية المقبولة والتعرض غير المقبول للمخاطر
- توثيق نتائج الملاحظة باستخدام أوراق عمل الأقسام المعيارية
- تطبيق عملي على تقييم المخاطر اليومي للمهام الشائعة في المستودعات

اليوم 5: تسلسل الضوابط الوقائية

- استعراض هرم إجراءات التحكم من الإزالة حتى معدات الوقاية الشخصية
- العزل المادي: حواجز حماية الآلات ومفاتيح الأمان المتشابكة وحواجز التثبيت
- التدابير الإدارية: أجهزة الإنذار واللوحات التوجيهية وتدوير نوبات العمل
- أسباب تفوق الحلول الهندسية والتعديلات المادية على الضوابط السلوكية
- التعرف على مؤشرات تجاوز حواجز أمان المعدات أو إهمال تشغيلها
- سيناريو تفاعلي لاختيار الحواجز المادية المناسبة للمهام التشغيلية

اليوم 6: بروتوكولات معدات الحماية الشخصية

- وظائف معدات الحماية الشخصية وإمكاناتها والحدود الصارمة لاستخدامها
- معايير حماية العين والسمع والرأس والقدمين في البيئات التشغيلية العامة
- حماية اليدين واختيار القفازات الملائمة لمخاطر القطع والأنشطة الميكانيكية
- الملاءمة السليمة والفحص المسبق قبل الاستخدام اليومي واكتشاف التلفيات
- إرشادات التخزين والتعقيم وتحديد العمر الافتراضي وآليات التخلص الآمن
- تطبيق موجه على كيفية ارتداء معدات الوقاية الشخصية وتفقدها بدقة

اليوم 7: هندسة بيئة العمل والمناولة اليدوية والحركة

- مسببات الاضطرابات العضلية الهيكلية وأعراضها التحذيرية المبكرة
- مبادئ الرفع الآمن: اتساع قاعدة الارتكاز واستقامة الظهر وتمركز الأحمال
- تقييم أبعاد الحمولة ونقاط الإمساك وخلو مسارات النقل من العوائق
- مقارنة آليات الدفع والسحب بالرفع اليدوي المباشر
- ترتيب محطة العمل وضبط المقاعد ومراعاة راحة الرؤية أمام الشاشات
- تدريب عملي على حركات الرفع الصحيحة وتقنيات المناولة اليدوية السليمة

AGILE LEADERS
Training Center

اليوم 8: التوعية الكيميائية والعوامل البيئية

- المواد الخطرة شائعة الاستخدام في المرافق العامة والمنشآت التجارية
- قراءة صحائف بيانات السلامة والصور التوضيحية للمخاطر وملصقات الحاويات
- بروتوكولات النقل والتداول وتسمية وتصنيف الحاويات الثانوية
- أساسيات التهوية السليمة والحد من انتشار الأتربة وضمان جودة الهواء الداخلي
- إدارة العوامل البيئية المحيطة: مستويات الإضاءة والحرارة والضوضاء المهنية
- جلسة عملية لتفسير ملصقات التحذير والصور التوضيحية للمخاطر الكيميائية

اليوم 9: خطط العمل في حالات الطوارئ والاستجابة الأولى

- محفزات الطوارئ الشائعة: حرائق المباني والظروف المناخية وانقطاع المرافق
- تمييز أصوات الإنذار والتعرف على مسارات الهروب وإجراءات نقطة التجمع
- أدوار مسؤولي الإخلاء ومراقبي المخارج والكوادر المدربة على الإسعافات الأولية
- مبادئ التوعية بمكافحة الحرائق وإرشادات استخدام طفايات الحريق اليدوية
- الإبلاغ عن الإصابات والحفاظ على موقع الحادث لدعم إجراءات التحقيق
- محاكاة مكتبية لتطبيق خطط العمل في حالات الطوارئ وخطوات الإخلاء

اليوم 10: الإبلاغ عن الحوادث وخطط العمل

- مفهوم الحادث الوشيك وأهمية تسجيل الوقائع الصغرى لمنع وقوع إصابات خطيرة
- تعبئة نماذج تقارير الحوادث بدقة ووضوح وفي الوقت المحدد
- المشاركة البناءة في اجتماعات المراجعة الدورية للسلامة في القسم
- إعداد وثيقة التزام فردية لتطبيق ممارسات السلامة والصحة في مكان العمل
- مراجعة ختامية لمحاور البرنامج وتلقي استفسارات المتدربين حول الأساسيات
- عرض خطط العمل الفردية لتحسين السلامة وتطوير إجراءات المهام اليومية

التمارين التطبيقية

ينفذ المشاركون أنشطة تطبيقية لتطوير كفاءاتهم العملية في ممارسات السلامة والصحة المهنية اليومية.

- إجراء محاكاة لتحديد المخاطر الروتينية بالاعتماد على صور لمواقع عمل واقعية.
- تعبئة نموذج ورقة عمل سلامة العمل لتحليل خطوات مهمة رفع يدوي متكررة.
- تنفيذ تدريب ميداني على الفحص المسبق وتجربة ملاءمة مختلف معدات الوقاية الشخصية.
- صياغة تقرير الحوادث الوشيكة بناء على سيناريو محاكى يوضح وجود عوائق في مسار الإخلاء.

AGILE LEADERS
Training Center

الأسئلة الشائعة

هل توجد أي متطلبات مسبقة للالتحاق بهذه الدورة؟

لا يشترط وجود خلفية فنية مسبقة أو مؤهلات متخصصة في السلامة. صمم البرنامج خصيصا للكوادر العامة وقادة الفرق ومنسقي العمليات الراغبين في اكتساب معارف أساسية واضحة ومباشرة.

كيف تختلف هذه الدورة التأسيسية الممتدة لعشرة أيام عن البرامج القصيرة؟

بخلاف البرامج المكثفة التي تركز على التحضير للاختبارات خلال أسبوع، يتيح هذا البرنامج الممتد لعشرة أيام وقتا كافيا للموظفين لممارسة الإجراءات العملية وتطبيق بروتوكولات معدات الوقاية وفهم تقييم المهام خطوة بخطوة.

هل يركز هذا البرنامج على المخاطر الصناعية الثقيلة أو الهندسية المتخصصة؟

لا، يركز المحتوى التدريبي على المبادئ العامة للسلامة والصحة المهنية والمخاطر الشائعة في بيئات العمل اليومية وهندسة بيئة العمل والتعامل مع الملصقات الكيميائية وإجراءات الطوارئ في المرافق التشغيلية والإدارية المعتادة.

الخاتمة

يكتسب المشاركون بنهاية هذا البرنامج التأسيسي المعارف العملية الضرورية للحفاظ على سلامتهم وسلامة زملائهم خلال أداء المهام اليومية. ومن خلال التمكن من أدوات فحص المخاطر واختيار معدات الوقاية المناسبة والإبلاغ الفعال عن الحوادث الوشيكة، يصبح الخريجون عناصر فاعلة في ترسيخ ثقافة عمل واعية ومتعاونة تعزز الامتثال وتحد من الإصابات في مختلف بيئات العمل.

AGILE LEADERS
Training Center

فئات الدورات التدريبية

الأعمال الزراعية والأمن الغذائي	الدورات التدريبية في مجال البيئة والاستدامة
دورات إدارة الأزمات واستمرارية الأعمال	دورات إدارة الجودة وتطوير العمليات
دورات إدارة الرعاية الصحية	دورات إدارة المرافق والعقارات
دورات إدارة المنظمات غير الحكومية والعمل الإنساني والتنمية	دورات إدارة و تحليل البيانات ودورات علم البيانات
دورات إدارة و تطوير الموارد البشرية	دورات إدارة وعمليات الطيران
دورات الأمن السيبراني ودورات تقنية المعلومات	دورات الاتصال الجماهيري و السياسات والعلاقات العامة
دورات التدريب القانوني والمشتريات والتعاقدات	دورات التسويق وإدارة علاقات العملاء وإدارة المبيعات
دورات التعليم وتطوير التعلم	دورات الحكومة الرقمية والخدمات العامة
دورات الحوكمة وإدارة المخاطر والامتثال	دورات السكرتارية و إدارة المكاتب
دورات الشحن والملاحة البحرية والموانئ	دورات الصحة والسلامة والأمن المهني
دورات الصيانة ودورات المجالات الهندسية المتنوعة	دورات الضيافة والسياحة
دورات المحاسبة و التمويل و دورات الإدارة المالية	دورات المهارات الشخصية وتطوير الذات
دورات حفظ التراث وإدارة المتاحف	دورات في مجالات القيادة والإدارة

AGILE LEADERS
Training Center

فئات الدورات التدريبية

- دورات قطاع النفط والغاز ودورات تقنية متنوعة
- دورات معتمدة من قبل هيئات دولية
- دورات مكتب إدارة المشاريع وإدارة المشاريع الرشيقة

AGILE LEADERS
Training Center

مدن التدريب

أبوظبي الإمارات العربية المتحدة	**أثينا** اليونان	**أديس أبابا** إثيوبيا
أكرا غانا	**أمستردام** هولندا	**اسطنبول** تركيا
الدار البيضاء المغرب	**الدوحة** قطر	**القاهرة** مصر
الكويت الكويت	**المنامة** مملكة البحرين	**باريس** فرنسا
باكو أذربيجان	**بالي** جمهورية إندونيسيا	**بانكوك** تايلند
براغ جمهورية التشيك	**برشلونة** إسبانيا	**برلين** ألمانيا
بورت لويس موريشيوس	**بورتو** البرتغال	**بوكيت** تايلاند
تبليسي جورجيا	**تورنتو** كندا	**جاكرتا** جمهورية إندونيسيا
جنيف سويسرا	**جوهانسبرغ** جنوب إفريقيا	**دبي** الإمارات العربية المتحدة
روما إيطاليا	**زنجبار** تنزانيا	**زيورخ** سويسرا
سان دييغو الولايات المتحدة الأمريكية	**سنغافورة** سنغافورة	**سيول** كوريا الجنوبية
شرم الشيخ مصر	**شيكاغو** الولايات المتحدة الأمريكية	**طرابزون** تركيا

AGILE LEADERS
Training Center

مدن التدريب

طشقند أوزبكستان	**طوكيو** اليابان	**عمان** المملكة الأردنية الهاشمية
عن بعد منصة زووم	**فرانكفورت** ألمانيا	**فيينا** النمسا
كوالالمبور ماليزيا	**كيب تاون** جنوب إفريقيا	**لاغوس** نيجيريا
لانكاوي ماليزيا	**لشبونة** البرتغال	**لندن** المملكة المتحدة
ماربيا اسبانيا	**مدريد** إسبانيا	**مسقط** سلطنة عمان
مونترو سويسرا	**ميلان** إيطاليا	**ميونخ** ألمانيا
نيروبي كينيا	**نيس** فرنسا	**نيويورك** الولايات المتحدة الأمريكية