# دورة متقدمة في تقييم معدات شاشات العرض ومحطات العمل

28 فبراير – 4 مارس 2027

المنامة

AGILE LEADERS
Training Center

AGILE LEADERS
Training Center

# دورة متقدمة في تقييم معدات شاشات العرض ومحطات العمل

**المرجع:** 1321_197634 **التاريخ:** 28 فبراير – 4 مارس 2027 **المكان:** المنامة **الرسوم:** Euro 4700

## نظرة عامة

دورة متقدمة في تقييم معدات شاشات العرض ومحطات العمل هي دورة لمدة أسبوع لممارسي السلامة وفرق المرافق ومقيمي محطات العمل ومديري الأفراد، ويعود المشاركون منها بخطة تقييم وتحسين لمحطات الشاشات. تربط الدورة تخطيط المحطة والوضعيات والظروف البصرية وتنظيم العمل والاحتياجات الفردية والعمل الهجين ومتابعة الإجراءات. يحول المنهج الملاحظة وأدلة المستخدم إلى ضوابط متناسبة للمخاطر المريحة. تقدم أجايل للتدريب تقييم معدات شاشات العرض بوصفه تخصصا مهنيا قائما على الأدلة.

## الفئة المستهدفة

- الفرق المسؤولة عن الصحة المهنية وضوابط المخاطر المريحة
- الجهات المسؤولة عن ترتيبات مكان العمل والأثاث والمعدات
- المقيمون المسؤولون عن مراجعة محطات العمل القائمة على الشاشات
- المديرون المسؤولون عن ظروف العمل عن بعد والعمل الهجين
- وظائف الأفراد المسؤولة عن التعديلات ودعم الموظفين

تفترض الدورة أن المشاركين يديرون عمليات صحة مكان العمل أو المرافق أو الأفراد، ولا تشمل التشخيص السريري أو هندسة المنتجات.

## الإدارات والقطاعات المستهدفة

تدعم الدورة الإدارات والقطاعات التي تعتمد على العمل الممتد بالشاشات في المكتب أو المنزل أو البيئات التشغيلية والخدمية.

- وظائف الصحة والسلامة والصحة المهنية
- فرق المرافق ومكان العمل والعقارات المؤسسية
- خدمات التقنية والمال والخدمات المهنية
- مكاتب التعليم والرعاية الصحية والخدمة العامة
- الموارد البشرية وعمليات العمل الهجين

AGILE LEADERS
Training Center

## أهداف التعلم

بنهاية هذه الدورة، سيكون المشاركون قادرين على:

- تحليل مهام معدات شاشات العرض واحتياجات المستخدم
- تطبيق مبادئ تخطيط المحطة والوضعيات المحايدة
- تقييم المخاطر العضلية والبصرية والبيئية
- بناء سجلات تقييم للمكتب والعمل الهجين
- ترتيب التعديلات وضوابط تنظيم العمل
- تشخيص فجوات المتابعة والضمان

## جدول الدورة

### اليوم 1: نطاق التقييم وأدلة المستخدم

- مصفوفة تصنيف مستخدم الشاشات والمهام
- خريطة حدود تقييم محطة العمل المتكاملة
- دليل مقابلة المستخدم وأدلة الانزعاج
- سجل الاحتياجات الفردية والتعديلات
- شجرة قرار محفزات التقييم والمراجعة

### اليوم 2: التخطيط والوضعيات والمكونات

- إطار ISO 9241-5 لمراجعة تخطيط محطة العمل
- منهج ملاحظة وضعية الجسم المحايدة
- قائمة فحص تعديل الكرسي والمكتب والدعامات
- شبكة ارتفاع الشاشة والمسافة وزاوية الرؤية
- تقييم لوحة المفاتيح والمؤشر ومنطقة الوصول

AGILE LEADERS
Training Center

## اليوم 3: المخاطر البصرية والبيئية والتنظيمية

- خريطة فحص الإضاءة والوهج والانعكاسات
- أداة مراجعة المتطلبات البصرية واستخدام الشاشة
- ملف التكرار والمدة والوضعيات الثابتة
- مخطط تنويع المهام وضوابط التعافي
- مسار الإبلاغ المبكر عن الانزعاج والتصعيد

## اليوم 4: التعديلات الهجينة والضمان

- سجل مقارنة محطة العمل المنزلية والمكتبية
- مصفوفة خيارات التعديلات المعقولة
- قائمة فحص ملاءمة المعدات والمشتريات
- سجل أولوية إجراءات الشاشات وملكيتها
- لوحة تحقق المتابعة والإغلاق

## اليوم 5: ممارسة تقييم محطات الشاشات

- تمرين: حالة أدلة المستخدم والمهام
- تمرين: مراجعة تخطيط المحطة والوضعيات
- تمرين: تحليل المخاطر البصرية وتنظيم العمل
- تمرين: ترتيب تعديلات العمل الهجين والإجراءات
- المشروع الختامي: خطة تقييم وتحسين محطة الشاشات

## التمارين التطبيقية

تستخدم الدورة أنشطة مقترحة تستند إلى سيناريوهات المكاتب والتقنية والرعاية الصحية والعمل الهجين.

- نشاط مقترح: مقابلة مستخدم شاشة وفصل الانزعاج المبلغ عنه ومتطلبات المهام والاحتياجات الفردية.
- نشاط مقترح: فحص محطة عمل من حيث الوضعية والوصول والرؤية والإضاءة وقابلية تعديل المعدات.
- نشاط مقترح: مقارنة ترتيبات المنزل والمكتب واختيار ضوابط متناسبة مع ملاك واضحين.
- نشاط مقترح: دمج الأدلة والأولويات والإجراءات ومقاييس المتابعة في خطة تحسين واحدة.

AGILE LEADERS
Training Center

## الأسئلة الشائعة

### ما تقييم معدات شاشات العرض؟

يفحص تقييم معدات شاشات العرض المستخدم والمهام ومحطة العمل والمعدات والبيئة وتنظيم العمل لتحديد المخاطر المريحة ووضع تحسينات عملية.

### كيف يتناول تقييم محطة الشاشات وضعية الجسم؟

يتناول تقييم محطة الشاشات الوضعيات المحايدة والدعم والوصول وزوايا الرؤية والحركة وقدرة المستخدم على تعديل المكونات أثناء أداء المهام الفعلية.

### لمن تناسب دورة تقييم معدات شاشات العرض وما الخبرة التي تفترضها؟

تناسب دورة تقييم معدات شاشات العرض الممارسين ذوي الخبرة في السلامة والمرافق ومكان العمل والأفراد والتقييم، وتفترض مسؤوليتهم عن ترتيبات العمل بالشاشات أو دعم الموظفين.

### كيف يختلف التقييم المتقدم للشاشات عن التوعية الأساسية ببيئة العمل المريحة؟

يدمج التقييم المتقدم أدلة المستخدم وحكم المقيم وتنظيم العمل والبيئات الهجينة وقرارات التعديل والملكية والمتابعة، بينما تركز التوعية الأساسية على التعرف إلى مبادئ الإعداد الشائعة.

### كيف تتابع تحسينات محطات الشاشات في العمل الهجين؟

تتابع التحسينات الهجينة بتسجيل المشكلة والإجراء المتفق عليه والمالك والأولوية ودليل الإكمال وملاحظات المستخدم ومحفز المراجعة عند تغير ظروف العمل.

## الخاتمة

تدمج الدورة أدلة المستخدم وتخطيط المحطة والوضعيات والظروف البصرية وتنظيم العمل والترتيبات الهجينة والضمان. يعود المشاركون بخطة تقييم وتحسين لمحطات الشاشات تضم أدوات المراجعة وقوائم الفحص وسجلات القرار والإجراءات والمقاييس. تحسن الخطة تحديد المخاطر المريحة وإسناد الضوابط ودعم المستخدمين والتحقق من الإغلاق.