



جمعية  
أسر التوحد

## سياسة الصحة والسلامة المهنية

## مقدمة

تسعى الجمعية دائماً إلى التطوير المستمر فيما يتعلق بالسلامة والصحة المهنية كي تكون بيئة العمل أكثر أماناً، ولكي يستطيع العاملون ممارسة أعمالهم بكفاءة وفاعلية بشكل أفضل. لذا فإن الجمعية تسعى إلى تعزيز ممارسات السلامة والصحة المهنية من خلال التوعية المستمرة والتأكد من التطبيق السليم لممارسات العمل السليمة والصحية، كما تسعى إلى تدريب وتهيئة العاملين حول مواضيع السلامة والصحة المهنية، مما يجعل من بيئة العمل مكاناً آمناً للعاملين والزائرين والمستفيدين من خدماته، وتتمركز توقعات الجمعية من العاملين التعاون في تطبيق الممارسات والمتطلبات الخاصة بالسلامة والصحة المهنية المذكورة في هذه السياسة.

## الهدف

تهدف هذه السياسة إلى تحديد الإجراءات التي تتبعها الجمعية لتحقيق التالي:

1. حماية سلامة وصحة جميع العاملين فيما يتعلق بالعمل وبيئة العمل.
2. حماية سلامة وصحة الزائرين بالجمعية ومواقع العمل.
3. الحفاظ على الممتلكات والبيئة المتعلقة بالجمعية وموقع العمل.

## واجبات الجمعية

1. التوعية المستمرة حول مواضيع السلامة والصحة المهنية وتوفير الوسائل التوضيحية اللازمة.
2. عمل خطة اخلاء من الحريق وتدريب العاملين عليها .
3. تحديد وتقييم مخاطر العمل باستمرار وشرح ذلك للعاملين بالتدابير الوقائية المتخذة.
4. توفير وسائل الوقاية من الحريق في مواقع العمل مع تدريب العاملين على طريقة استخدامها.
5. الصيانة الدورية والمحافظة على المعدات والأجهزة .
6. ضرورة توفير كميات مناسبة من المياه الصالحة للشرب في مواقع العمل .
7. ضرورة تدبير ترتيب بيئة العمل بشكل جيد من خلال تعزيز نظافة موقع العمل بشكل دائم وبطريقة منتظمة.
8. تدريب العاملين على دورات السلامة مثل دورات (الأسعافات الأولية – التعامل مع الحريق)

## واجبات العامل

1. التزام العامل بإتباع التعليمات والإرشادات في هذه السياسة.
2. أخذ الحيطة والحذر عند القيام بتنفيذ المهام المكلف بها لتجنب الإصابة أو المرض.
3. إبلاغ الإدارة بمكان الخطر لتلافي وقوعه.

## السلامة الكهربائية

- تجنب التحميل الزائد على الدائرة الكهربائية.
- امنع التوصيلات المتعددة على مأخذ التيار الكهربائي الواحد.
- تجنب تثبيت الأسلاك التالفة معاً بشريط.
- الالتزام باستخدام المقابس والمحولات الكهربائية المعتمدة الملائمة وذات الجودة العالية .
- قم بتغطية كل الأسلاك الجارية على الأرضيات بشكل آمن، وذلك لتعزيز المظهر الجمالي ولتفادي مخاطر التعثر المؤدي لإصابة الافراد، ولتجنب الاضرار الحتمية للمعدات وتوصيلاتها الكهربائية .
- تجنب توصيل المعدات، والدوائر الكهربائية أو حتى تثبيتها بنفسك إن لم تكن متدرّباً بشكل ملائم وذا خبرة كافية بمجال الكهرباء والمعدات ذات الصلة .
- جميع الأعمال والتوصيلات والصيانة الكهربائية يجب تنفيذها فقط من قبل الفنيين والمهندسين الكهربائيين أو الأفراد المختصين
- قم بفصل الأسلاك والتوصيلات الكهربائية التي تبدو ساخنة أو أكثر سخونة مما هو معتاد عليه
- قم بإغلاق المفتاح الكهربائي كخطوة أولى قبل المباشرة في نزع التوصيلة الكهربائية لها أو تنظيفها.

## الإسعافات الأولية

- ضرورة توفير صندوق الإسعافات الأولية والمستلزمات الطبية المتعلقة بها في مواقع العمل.
- ضرورة التأكد من إلمام كافة الأشخاص بمواقع تواجد صندوق الإسعافات الأولية.
- ضرورة التأكد من توافق مخزون الإسعافات الأولية للكميات المطلوبة.
- ضرورة تواجد عاملين متدربين للقيام بالإسعافات الأولية بشكل سليم.

## السلامة من الحريق

- يجب توفير أنظمة الوقاية من الحريق كأجهزة الإنذار، طفايات الحريق، حساسات إطفاء الحريق وغيرها من المعدات المطلوبة للوقاية من الحريق .
- تجنب إشعال الشموع أو البخور على ارضيات مغطاة بالسجاد أو بالقرب من أي مواد قابلة للاحتراق.
- تجنب وضع الأدوات الساخنة بالقرب من أو على الأسطح القابلة للاحتراق أو حتى على الأشياء القيمة .
- تجنب تكديس النفايات والمواد غير الضرورية والقابلة للاحتراق.
- يجب أن تكون مخارج الحريق من ممرات وسلالم مؤدية إليها خالية من أي عوائق أو انسداد.
- يجب توفير خطة فعالة للاستجابة لحالات الطوارئ وعمليات الإخلاء.

- ضرورة توصيل وابلغ خطة الطوارئ لجميع العاملين.
- ضرورة القيام بتدريبات السلامة اللازمة لحالات الإخلاء المحتملة.

## السلامة في المكاتب

هناك عدة أمور ينبغي معرفتها وتقديرها عند العمل في المكتب:

- توفير مساحات مكتبية مناسبة لتعزيز حركة الموظف بحرية وبطريقة مريحة.
- أن تكون المساحات المكتبية مصممة بطريقة تضمن التقليل من تمديد وانحناء أجزاء الجسم بطريقة مفرطة
- يجب ترك الأدراج والدواليب مغلقة لتفادي أي تعثر أو ارتطام.

## الإضاءة

- يجب إضاءة مواقع العمل بطريقة ملائمة ومتساوية بحيث لا ينجم عنها توهج أو عتم.
- الإضاءة الضئيلة تساعد على احتمالية التعرض للانزلاق، التعثر، أو السقوط.
- الإضاءة الشديدة مدعاة إلى تشتيت الانتباه عن المخاطر البارزة.

## التهوية

- يتوجب توفير تهوية مناسبة في موقع العمل وذلك إما أن تكون تهوية طبيعية أو ميكانيكية لضمان توفير الهواء النقي بشكل مستمر للغرف.
- يجب ألا تتسم نوعية الهواء الداخلي بارتفاع في الحرارة أو الرطوبة أو البرودة.
- درجات الحرارة المقترحة للغرف تتراوح ما بين 18 – 24 درجة.

## الانزلاق والتعثر

لتفادي الانزلاق والسقوط قم بـ:

- إزالة كل التسربات والملوثات على الأرضيات.
- تغطية كل الأسلاك الجارية على الأرضيات.
- إغلاق أدراج الدواليب دائما بعد الاستعمال.
- إزالة كل العوائق على مداخل الطرق
- توفير إضاءة شاملة وجيدة في ممرات الجمعية.

1. الأوقات العادية (عدم وجود حالة طوارئ):
  - تعرف على رقم البلاغات في حالات الطوارئ (911) واحفظه.
  - تعرف على نغمات جرس الإنذار أو نداءات الطوارئ أو الإخلاء.
  - تعرف على مداخل ومخارج المبنى وكيفية الإخلاء.
  - تعرف على نقاط التجمع وأماكن الإيواء القريبة منك.
  - أحضر دورة تدريبية عن كيفية التصرف في أوقات الطوارئ.
  - شارك في البرامج التوعوية والتدريبية التي تقيمها الجمعية.
2. التصرف الصحيح عند اكتشاف الحريق:
  - أطلق أقرب جرس إنذار.
  - اتصل برقم البلاغات في حالات الطوارئ (911).
  - كن هادئاً ولا تعرض نفسك للخطر.
  - إذا استطعت ابدأ بمكافحة الحريق باستخدام طفاية الحريق أو خرطوم المياه القريب منك .
  - إذا استطعت ضع قطعة قماش مبللة بالماء على انفك وفمك.
  - إذا كان الدخان كثيفاً ازحف على الأرض.
  - إذا تطور الحريق غادر المبنى فوراً.
  - اتجه مباشرة إلى أقرب نقطة تجمع.
3. التصرف الصحيح عند سماع الإنذار:
  - كن يقظاً وجاهز للإخلاء.
  - غادر المبنى فوراً حينما تسمع نداء الإخلاء أو عند استمرار الإنذار.
  - لاتحاول جمع اغراضك الشخصية ابدأ بنفسك أولاً.
  - استخدم الدرج ولا تستخدم المصعد إطلاقاً.
  - اتجه مباشرة إلى نقطة التجمع.
  - لاتحاول الاجتهاد والتصرف واتبع تعليمات المسؤولين.
4. التصرف الصحيح في حالة الاحتجاز داخل الغرفة:
  - خذ نفساً عميقاً ثم ازحف إلى أقرب مخرج طوارئ واتجه إلى نقطة التجمع .
  - إذا لم تستطع أغلق فتحة باب الغرفة.
  - وضع قطعة قماش مبللة بالماء أسفل الباب لمنع دخول الدخان.
  - اتصل برقم البلاغات في حالات الطوارئ (911) وأبلغهم عن الحالة وبمكان وجودك.



لقد اطلع مجلس إدارة جمعية أسر التوحد الخيرية في اجتماعه رقم (1)  
بتاريخ 03 مارس 2026م على كافة اللوائح والسياسات والإجراءات بالجمعية، وقرر  
اعتمادها وتعميمها والعمل بموجبها، ونشرها على الموقع الإلكتروني للجمعية  
(جمعية أسر التوحد - الرئيسية)  
(saf.org.sa).

