

◀ الوقاية من كوفيد-19  
وتخفيف انتشاره في العمل  
للمنشآت الصغيرة والمتوسطة

**قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات  
والمتابعة**

◀ آب/أغسطس 2020



ترجمة  
المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية  
دمشق 2021



◀ الوقاية من كوفيد-19  
وتخفيف انتشاره في العمل  
للمنشآت الصغيرة والمتوسطة

قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات والمتابعة



منظمة  
العمل  
الدولية



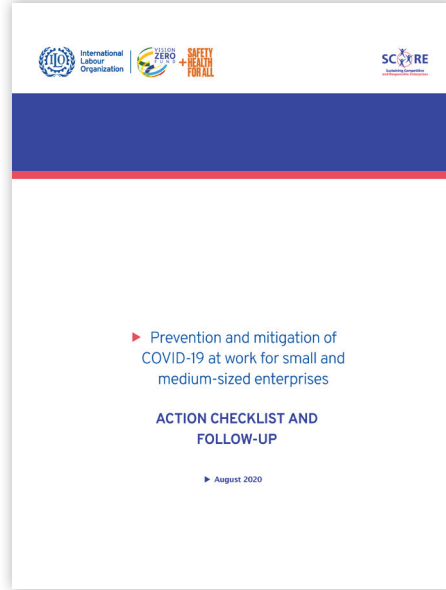
الترجمة

الدكتور بسام أبو الذهب

لصالح المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية، دمشق



2021



## صورة غلاف الكتاب الأصلي

نشرت الطبعة الأصلية لهذا العمل من قبل مكتب العمل الدولي، جنيف، تحت عنوان:

*Prevention and mitigation of COVID-19 at work for small and medium-sized enterprises-  
Action checklist and follow-up*

حقوق النشر © 2020 منظمة العمل الدولية، جنيف.

حقوق النشر للطبعة العربية © 2021 المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية، دمشق.

وقد تمت ترجمته بموافقة مكتب العمل الدولي.

لا تنطوي التسميات المستخدمة في منشورات منظمة العمل الدولية، المتوافقة مع ممارسات الأمم المتحدة، ولا العرض الوارد فيها للمواد على التعبير عن أي رأي كان من جانب مكتب العمل الدولي بشأن المركز القانوني لأي بلد أو منطقة أو إقليم أو لسلطات أي منها، أو بشأن تعيين حدودها.

تقع مسؤولية الآراء المُعبَّر عنها في الدراسات والمساهمات الأخرى على عاتق مؤلفيها وحدهم، ولا يشكل النشر مصادقة من قبل مكتب العمل الدولي على الآراء الواردة فيها.

لا تعني الإشارة إلى أسماء الشركات والمنتجات والعمليات التجارية مصادقة مكتب العمل الدولي عليها، كما أن عدم ذكر شركة أو منتج تجاري أو عملية معينة ليس علامة على رفضها.

لا يقر مكتب العمل الدولي بالمسؤولية عن صحة الترجمة العربية أو عدم الدقة أو الأخطاء أو الحذف أو العواقب التي تنشأ عن استخدامها.

## تقديم المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية

كان لإجراءات الإغلاق الكلي والجزئي وتدابير الوقاية من كوفيد-19 أثراً مجدياً في الحد من انتشار الجائحة عالمياً، وتقليل عدد الإصابات والوفيات؛ بما في ذلك إجراءات التحكم الهندسية، كالتهووية والحواجز البلاستيكية الشفافة؛ وإجراءات التحكم الإدارية والتنظيمية، كالتغييرات في سياسات وإجراءات العمل لاسيما التباعد الجسدي والعمل عن بُعد، والتقييد بالقواعد الصحية وتطبيق ممارسات الوقاية من العدوى ومكافحتها؛ واستخدام معدات الوقاية الشخصية. كما لا يخفى على أحد المكانة المهمة الذي تحتلها المنشآت الصغيرة والمتوسطة في الاقتصاد العالمي.

ونظراً لأهمية الوثيقة الصادرة عن منظمة العمل الدولية في الثالث الأخير من عام 2020 بشأن قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات والمتابعة بما يخص الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في العمل للمنشآت الصغيرة والمتوسطة، فقد رأينا أن نضع بين أيدي قرائنا الأجزاء هذه الوثيقة علها تكون مرجعاً مفيداً في هذا المجال.

تُعَدُّ قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة أداةً بسيطةً لمساعدة المنشآت الصغيرة والمتوسطة في إعداد استجابتها للجائحة من خلال إجراء تقييم للمنشأة وضمان أن مكان العمل بحالة تأهب لمواجهة الأوبئة الحالية والمستقبلية (مثل الإنفلونزا). وتتكون قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات من خمس نقاط تَحَقُّق رئيسية تحتوي على 30 إجراءً.

تهدف هذه الوثيقة إلى توفير المعرفة الأساسية حول الوقاية من كوفيد-19 في مكان العمل، وإلى تزويد المنشآت الصغيرة والمتوسطة بقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات لتقييم أخطار كوفيد-19 وبالمعلومات اللازمة لاتخاذ التدابير لحماية سلامة عمالها وصحتهم.

يستهدف هذا الدليل أصحاب العمل والعمال في المنشآت الصغيرة والمتوسطة، وإدارات تفتيش العمل وإدارات السلامة والصحة المهنية، ومشرفي ومسؤولي ولجان السلامة والصحة المهنية، بالإضافة إلى السلطات المعنية بالصحة العمومية. تتضمن الوثيقة ستة أقسام رئيسية؛ وهي المقدمة، ومعلومات حول جائحة كوفيد-19، وتدابير الوقاية منها وتخفيف انتشارها، وقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة (موجز وكيفية استخدام قائمة التَّحَقُّق وملاحظات مُفَصَّلة حول نقاط التَّحَقُّق الخمس والإجراءات الثلاثين المتعلقة بها)، وخطة العمل والمتابعة؛ بالإضافة إلى ملحقين يتضمنان خطة العمل ونموذج المتابعة لقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة، وعدداً من المراجع الهامة.

ومن المفيد في هذا الصدد الإشارة إلى أن هذا العمل هو الإصدار الثاني للمعهد العربي للصحة والسلامة المهنية في مجال كوفيد-19، حيث أُصدر في عام 2020 الترجمة العربية للدليل العملي الصادر عن منظمة العمل الدولية بعنوان "العمل عن بُعد خلال جائحة كوفيد-19 وما بعدها"، وهو متاح على رابط موقع المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية التالي:

[http://www.aiosh.org/?page=show\\_det&category\\_id=12&id=189&lang=ar](http://www.aiosh.org/?page=show_det&category_id=12&id=189&lang=ar)

ختاماً نجد لزاماً علينا أن نتوجه بخالص شكرنا وجزيل امتناننا إلى مكتب العمل الدولي في جنيف لتكرمه بمنحنا الموافقة والتمويل لترجمة الكتاب الأصلي الصادر باللغة الإنجليزية ولدعمه المستمر لأنشطة المعهد.

كما نشكر الدكتور بسام أبو الذهب للجهد الذي بذله في ترجمة هذا العمل الهام وله منا كل التقدير.

والله ولي التوفيق ...

القائم بأعمال مدير المعهد

الدكتورة رانية رشدية



## ◀ جدول المحتويات

5	تقديم المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية
7	1. مقدمة
7	2. معلومات حول جائحة كوفيد-19
9	3. لماذا من الضروري أن تتخذ منشأتك تدابير الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره؟
10	4. قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة: موجز وكيفية استخدام قائمة التَّحَقُّق
20	5. قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة: ملاحظات مُفَصَّلة حول نقاط التَّحَقُّق
20	ا. جمع وتبادل المعلومات المُحدَّثة
21	اا. وضع خطة تأهب للشركة
23	ااا. إجراء تقييم الخطر
26	اااا. تنظيم العمل
34	ااااا. حماية العمال ودعمهم
37	6. خطة العمل والمتابعة
39	ملحق ا. خطة العمل ونموذج المتابعة لقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة
42	ملحق اا. مصادر المعلومات

## الاختزالات والاختصارات ◀

مرض فيروس كورونا 2019 <sup>1</sup>	Coronavirus Disease 2019 <sup>1</sup>	COVID-19 ◀
السلامة والصحة المهنية	Occupational Safety and Health	OSH ◀
معدات الوقاية الشخصية	Personal Protective Equipment	PPE ◀
فيروس كورونا 2 المتعلق بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة	Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2	SARS-CoV-2 ◀
المنشآت الصغيرة والمتوسطة	Small and Medium-sized Enterprises	SMEs ◀

1. وفقاً لإرشادات منظمة الصحة العالمية، تشير هذه الوثيقة إلى فيروس كورونا-سارس-2 (SARS-CoV-2 virus) على أنه "الفيروس المسؤؤل عن كوفيد-19" أو "فيروس كوفيد-19". انظر

Naming the coronavirus disease (COVID-19) and the virus that causes it. Available at [https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-\(covid-2019\)-and-the-virus-that-causes-it](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-(covid-2019)-and-the-virus-that-causes-it)

الموقع متوفر باللغة العربية بعنوان "تسمية مرض كورونا (كوفيد-19) والفيروس المسبب له". متاح على الرابط [https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-\(covid-2019\)-and-the-virus-that-causes-it](https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirus-disease-(covid-2019)-and-the-virus-that-causes-it)



## 1. مقدمة

تهدف هذه الوثيقة إلى توفير المعرفة الأساسية حول الوقاية من كوفيد-19 في مكان العمل، هذا المرض الناجم عن فيروس كورونا-سارس-2 الذي ينتشر عالمياً على نطاق واسع؛ كما تهدف إلى تزويد المنشآت الصغيرة والمتوسطة بقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات لتقييم أخطار كوفيد-19 وبالمعلومات لاتخاذ التدابير لحماية سلامة عمالها وصحتهم.

في حين أنه من المتوقع أيضاً أن تكون هذه التدابير والتوصيات مفيدة في فاشيات أخرى، وأثناء تطبيق قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات، فقد تُحدِّد بعض القطاعات والمنشآت إجراءات تحكم إضافية ستكون لازمة. ولأن المعرفة حول الفيروس والمرض تتطور باستمرار، يوصى بأنه ينبغي تحديث الأدوات والتدابير والسياسات بانتظام لضمان أحدث إجراءات الوقاية والعلاج، مع ضمان الامتثال الدائم للقوانين واللوائح الوطنية.

## 2. معلومات حول جائحة كوفيد-19

على مدى العقدين الماضيين، شهد العالم عدداً من فاشيات الأمراض المُعدية حيث كان معدل انتشارها مرتفعاً.

ويزداد القلق حالياً بشأن الانتشار المستمر لكوفيد-19 في بعض أجزاء العالم والتحدي المُتمثل في الحفاظ على معدل انتشار منخفض في أجزاء أخرى. وتواجه الحكومات وأصحاب العمل والعمال ومنظماتهم تحديات هائلة أثناء محاولة مكافحة جائحة كوفيد-19 وحماية السلامة والصحة في العمل.

## الإطار 1- معلومات أساسية عن كوفيد-19

في كانون الثاني/يناير 2020، أعلنت منظمة الصحة العالمية فاشية مرض فيروس كورونا الجديد في مقاطعة هوبي بالصين حالة طوارئ صحية عمومية تسبب قلقاً دولياً.

بعد ذلك بشهرين، في 11 آذار/مارس 2020، أعلنت منظمة الصحة العالمية أن فاشية فيروس كورونا (كوفيد-19) أصبحت جائحة.

### كيف ينتشر كوفيد-19؟

عندما يقوم شخص يعاني من كوفيد-19 بالسعال أو الزفير، تنطلق قطرات محتوية على الفيروس. إن الشخص الذي يقف على بعد متر واحد من شخص مصاب بكوفيد-19 يمكنه أثناء تنفسه التقاط الفيروسات الموجودة في القطرات التي تنطلق من المصاب أثناء السعال أو الزفير. وبالإضافة إلى ذلك، يسقط معظم هذه القطرات على الأسطح والأشياء القريبة، مثل المكاتب أو الطاولة أو الهواتف، حيث يمكن حينها أن يُصاب الأشخاص بكوفيد-19 عندما يلمسون الأسطح أو الأشياء الملوثة - ثم يلمسون عيנם أو أنفهم أو فمهم.

### ما هي أعراض كوفيد-19؟

تتمثل الأعراض الأكثر شيوعاً لكوفيد-19 في الحمى والتعب والسعال الجاف. وقد يعاني بعض المرضى من أوجاع وآلام أو احتقان بالأنف أو سيلان الأنف أو التهاب في الحلق أو إسهال. وعادة ما تكون هذه الأعراض خفيفة وتبدأ تدريجياً. وقد يُصاب بعض الناس بالعدوى دون أن تظهر لديهم أي أعراض ودون أن يشعروا بالمرض. ومع ذلك، وفقاً للمعرفة الحالية، تشتد حدة المرض لدى حوالي حالة واحدة من كل 6 حالات مصابة بهذا المرض ويعاني المصابون من صعوبات في التنفس. تزداد احتمالات حدوث مرض شديد لدى المسنين والأشخاص المصابين بمشكلات طبية كامنة.

### ما هو فيروس كورونا؟

فيروسات كورونا هي فصيلة كبيرة من الفيروسات الشائعة لدى الحيوانات، وقد تسبب المرض لدى الحيوانات أو البشر. وفي بعض الأحيان، يُصاب الناس بالعدوى بهذه الفيروسات التي قد تنتشر بعد ذلك إلى أشخاص آخرين. ومن المعروف أن عدداً من فيروسات كورونا تسبب لدى الإنسان حالات عدوى تنفسية تتراوح من نزلات البرد (الزكام أو الرشح) إلى أمراض أشد حدة، مثل متلازمة الشرق الأوسط التنفسية (ميرس) والمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس)؛ ويسبب فيروس كورونا المُكتشف حديثاً مرض فيروس كورونا (كوفيد-19).

### ما هو مرض كوفيد-19؟

مرض فيروس كورونا (كوفيد-19) هو مرض مُعدٍ يسببه فيروس مُكتشف حديثاً من فيروسات كورونا يُعرف بـ "فيروس كورونا 2 المتعلق بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (فيروس كورونا-سارس-2)". وتم تحديد الحالات البشرية الأولى لكوفيد-19 في مدينة ووهان بالصين في كانون الأول/ديسمبر 2019.

### كم تستغرق فترة حضانة كوفيد-19؟

تتراوح تقديرات فترة حضانة كوفيد-19 من 1-14 يوماً، وعادة ما تستمر حوالي خمسة أيام.

لمزيد من المعلومات، يمكن الرجوع إلى

WHO Q&A on coronaviruses (COVID-19). Available at <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-coronaviruses>  
الموقع متوفر باللغة العربية بعنوان "منظمة الصحة العالمية، أسئلة وأجوبة، مرض فيروس كورونا (كوفيد-19)". متاح على الرابط:  
<https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>

المصدر:

In the face of a pandemic: Ensuring safety and health at work- Geneva: ILO 2020. Available at

[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms\\_742463.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_742463.pdf)

### ◀ 3. لماذا من الضروري أن تتخذ منشأتك تدابير الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره؟

لهذه الجائحة آثار اقتصادية واجتماعية هائلة على العاملين في جميع قطاعات الاقتصاد وجميع أنواع الأعمال، لاسيما في المنشآت الصغيرة والمتوسطة وفي الاقتصاد غير المُنظَّم، مع انخفاض غير مسبوق في النشاط الاقتصادي ووقت العمل. تُظهر تقديرات منظمة العمل الدولية أن فاقد ساعات العمل تفاقم خلال النصف الأول من عام 2020، لاسيما في البلدان النامية؛ فخلال الربع الأول من العام، كان الفاقد نحو 5.4 بالمئة من ساعات العمل العالمية (ما يعادل 155 مليون وظيفة بدوام كامل) مقارنة بالربع الرابع من عام 2019. ومن المتوقع أن يبلغ الفاقد في ساعات العمل للربع الثاني من عام 2020 مقارنة بالربع الأخير من عام 2019 ما نسبته 14.0 بالمئة على مستوى العالم (ما يعادل 400 مليون وظيفة بدوام كامل).<sup>2</sup> تشير البيانات إلى أن العمال في البلدان النامية، لاسيما الذين يعملون في العمل غير المُنظَّم، تأثروا بدرجة أكبر مما كانت عليه في الأزمات السابقة. وتُقدَّر منظمة العمل الدولية أن ما يقرب من 1.6 بليون عامل في الاقتصاد غير المُنظَّم - 76 بالمئة من العاملين في العمل غير المُنظَّم في جميع أنحاء العالم - يتأثرون بشكل كبير بإجراءات الإغلاق ولأو يعملون في القطاعات الأكثر تضرراً، مثل تجارة الجملة والتجزئة، والتصنيع، والإقامة والطعام، حيث تشكل النساء فيها نسبة كبيرة من القوة العاملة.<sup>3</sup> وبالإضافة إلى ذلك، تؤثر أزمة كوفيد-19 بشكل غير متناسب على النساء العاملات بطرق كثيرة، وهناك خطر فقدان بعض المكاسب التي تحققت في العقود الحديثة، وتفاقم عدم المساواة بين الجنسين في سوق العمل.<sup>4</sup>

وإلى جانب الأزمة الحالية، هناك مخاوف أيضاً بشأن استئناف النشاط الاقتصادي بطريقة تحافظ على التقدم المحرز في كبح انتقال العدوى.

وعلى الرغم من أن سلطات الصحة العمومية في جميع أنحاء العالم تعمل على احتواء فاشية كوفيد-19، إلا أن جهودها قد لا تنجح ما لم تُنفَّذ المنشآت تدابير الوقاية من المرض وتخفيف انتشاره في أماكن عملها. وعلى وجه الخصوص، ينبغي ملاحظة ما يلي:

- ◀ تقع على عاتق أصحاب العمل المسؤولية الكاملة عن ضمان اتخاذ جميع تدابير الوقاية والحماية العملية للتقليل إلى أدنى حد من الأخطار المهنية، ويمكن أن يُعاقبوا عادة بسبب انتهاك التشريعات الوطنية أو إهمال مراعاتها.
- ◀ وإذا كان مكان العمل ملوثاً بالفيروس، فإنه يمكن أن ينتقل إلى الأشخاص الذين يتفاعلون مع العمال؛ ويشمل ذلك عائلات العاملين والمُوردين والمُشترين والجمهور بشكل عام.
- ◀ ويمكن لإصابة العمال بالعدوى أن تقلل الإنتاجية بشكل مباشر أو غير مباشر بعدة طرق، وأن يكون لها تأثير سلبي على الأعمال، بما في ذلك:

2 ILO Monitor: COVID19- and the world of work. Fifth edition. 30 June 2020. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_749399.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/briefingnote/wcms_749399.pdf)

3 ILO Monitor: COVID19- and the world of work. Fourth edition. 27 May 2020. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_745963.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms_745963.pdf)

4 ILO Monitor: COVID19- and the world of work. Fifth edition. 30 June 2020. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_749399.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/documents/briefingnote/wcms_749399.pdf)

- ◀ تَعَطُّلُ الأعمال والمقدان المستمر للإنتاج بسبب غياب العمال؛
- ◀ انخفاض الحافز على العمل، وانخفاض معنويات القوى العاملة وزيادة الغياب عن العمل؛
- ◀ تكاليف إعادة تدريب العمال على الوظيفة والعمل المُحتمَل للعمال البداء؛
- ◀ أي غرامات أو إجراءات قانونية ناتجة عن حالات اعتلال الصحة.

وإذا لم تكن المنشأة جاهزة حالياً، فإن هناك حاجة إلى الاستعداد الآن. وحتى لو أبلغت دولتك عن حالات قليلة من المرض، يوصى بشدة بالتَّحَقُّق الفوري و/أو اتخاذ إجراء للحد من الجائحة. يمكن أن تكون تدابير الوقاية من كوفيد-19 مفيدة أيضاً في حالات الطوارئ الصحية الأخرى ذات الخصائص المماثلة. ينبغي أن يبدأ أصحاب العمل والعمال بتطبيق تدابير الوقاية وتخفيف الانتشار على الفور، حتى لو لم يتم كشف كوفيد-19 في المجتمعات التي يعملون فيها.

## ◀ 4. قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة: موجز وكيفية استخدام قائمة التَّحَقُّق

تُعَدُّ قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة أداة بسيطة لمساعدة المنشآت الصغيرة والمتوسطة في إعداد استجابتها لجائحة كوفيد-19 من خلال إجراء تقييم المخاطر للمنشأة وضمان أن مكان العمل بحالة تأهُب لمواجهة الأوبئة الحالية والمستقبلية (مثل الإنفلونزا). تتضمن قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات خمس نقاط تَحَقُّق (من 1 إلى 7)، حيث تتضمن هذه النقاط 30 إجراءً.

## كيفية استخدام قائمة التَّحَقُّق

1. عيّن فريقاً يضم الإدارة العليا والمشرفين وممثلي العمال ومسؤولي السلامة والصحة في المنشأة.
  2. أطلع الفريق ودربته على خطوات تنفيذ قائمة التَّحَقُّق (أنظر نقاط التَّحَقُّق من 1 إلى 7 والإجراءات من 1 إلى 30 الموضحة أدناه، بالإضافة إلى الملاحظات المُفَصَّلة الإضافية الواردة في القسم 5).
  3. أكمل قائمة التَّحَقُّق ودوّن نتائجك.
  4. حطّط، كفريق، للإجراءات التي ينبغي اتخاذها، وحدّد من قبل من ومتى. ابحث عن طريقة لتطبيق التدابير، وإذا لزم الأمر، اسأل مدير المنطقة أو العمال للحصول على النصح.
  - ◀ إذا كان الإجراء مطبّقاً مسبقاً أو لم تكن هناك حاجة إليه، صغ إشارة "✓" في الإطار عند كلمة "لا" أسفل عبارة "هل تقترح أي إجراء".
  - ◀ إذا كنت تعتقد أن الإجراء سيكون مفيداً، صغ إشارة "✓" في الإطار عند كلمة "نعم".
  - ◀ استخدم الحيز الموجود أسفل كلمة "الملاحظات" لإضافة تعليقات أو وصف حالة أو إضافة اقتراح.
  5. أنظر ثانية إلى البنود التي قمت بوضع إشارة "✓" في الإطار عند كلمة "نعم". اخبّر البنود التي تعتبرها الأكثر أهمية، ووضغ إشارة "✓" في الإطار عند كلمة "أولوية".\*
  6. مباشرة بعد الانتهاء من قائمة التَّحَقُّق، نظّم مناقشة جماعية مع الفريق لإعداد الاقتراحات للإدارة (أظهرت التجربة أن هذه الخطوة ضرورية لتعزيز التغيير الإيجابي).
  7. قُم بعرض نتائج المناقشة الجماعية على الإدارة كأساس لتخطيط التنفيذ المستمر للتحسينات.
- لا ينبغي أن يتردد الفريق في طلب توضيح من سلطات السلامة والصحة المهنيتين، وإدارات تفتيش العمل، والمنظمات الوطنية للسلامة أو الجمعيات الوطنية لأخصائيي السلامة والصحة المهنيتين، ومنظمات أصحاب العمل والعمال.
- لا تُعدّ هذه القائمة شاملة لجميع التدابير اللازمة. ينبغي أن يضيف الفريق إلى قائمة التَّحَقُّق أي بنود إضافية يُعتبرها مناسبة لتحسين الاستجابة لكوفيد-19 في مكان العمل.
- تحتاج الإدارة إلى الامتثال للالتزامات القانونية الوطنية أثناء وضع خطتها المتعلقة بالوقاية من كوفيد-19 ومكافحته في مكان العمل.

\* ينبغي تحديد الأولويات وفقاً للاحتمالية الأكبر أو الأقل لتأثير حالة معينة على صحة العمال وخطورتها وإلحاحها.

## أ. جمع وتبادل المعلومات المُحدَّثة



1 استشارة خدمات الصحة المهنية أو سلطة الصحة العمومية المحلية أو الشركاء الآخرين بانتظام، الذين ربما وضعوا مواد إعلامية لتعزيز الوقاية من أخطار التعرض للفيروس في مكان العمل ونصائح تقنية أخرى.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

2 إنشاء نظام لمكان العمل لتوفير معلومات موثوقة مُحدَّثة للعمال حول الوضع الناشئ عن كوفيد-19، مع الإشارة إلى المعلومات الصادرة عن السلطات الصحية الوطنية أو المحلية.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

## ب. وضع خطة تأهب للشركة



3 وضع ونشر بيان بشأن التزام الإدارة ومسؤولياتها للحد من خطر التعرض لفيروس كوفيد-19 وانتقاله في مكان العمل بالتشاور مع ممثلي العمال.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

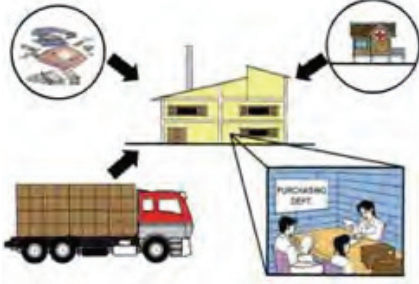


**4** وضع خطة تأهّب واستجابة للوقاية من كوفيد-19 في مكان العمل، على أن تأخذ الخطة في الاعتبار جميع مجالات العمل والمهام التي يؤديها العمال والمصادر المُحتملة للتعرض.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**5** دمج السلامة والصحة في خطة الطوارئ واستمرارية الأعمال، مع الأخذ في الاعتبار المتطلبات الأخرى المتعلقة بالعمل، بما في ذلك العمليات التي يجب إجراؤها باستخدام قوة عاملة أقل عدداً.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**6** وضع خطة لما يتعين القيام به إذا تم تحديد حالة مُؤكَّدة أو مُشْتَبَه في إصابتها بكوفيد-19 في مكان العمل، حيث تشمل، من بين أمور أخرى، الإبلاغ والمراقبة والتطهير بما يتماشى مع المبادئ التوجيهية الوطنية.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**7** إنشاء آلية مراقبة وتقييم لاستراتيجيات وخطط الوقاية من كوفيد-19.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

### ◀ III. إجراء تقييم الخطر

8 وضع خريطة لمخاطر جميع العمليات التي تغطي جميع الأعمال.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

9 تقييم خطر التفاعلات المحتملة بين العمال والمقاولين والعملاء والزوار في مكان العمل وتلوث بيئة العمل، وتنفيذ تدابير لمواجهة الأخطار المُحدَّدة.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

### ◀ IV. تنظيم العمل



10 تعزيز العمل عن بُعد للعمال في المواقع غير الحساسة للتقليل إلى أدنى حد من انتقال كوفيد-19 في مكان العمل.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

1 إذا لم يكن العمل عن بُعد ممكناً، ينبغي إدخال نظام المُناوَبات (الوُزديات) لتجنب حشد أعداد كبيرة من العمال في المرافق.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**12** ينبغي تجنب السفر إذا لم يكن ضرورياً. وتقييم خطر العدوى بكوفيد-19 عند التخطيط للسفر المتعلق بالعمل (لكافة فترات السفر والمهام الوظيفية).

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**13** تجنب الاجتماعات وجهاً لوجه، مع إعطاء الأفضلية للمكالمات الهاتفية أو البريد الإلكتروني أو الاجتماعات الافتراضية. وفي حال الحاجة إلى تنظيم الاجتماعات وجهاً لوجه، ينبغي تنظيم مكان الاجتماع بطريقة تتيح التباعد الجسدي.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**14** تدريب الإدارة والعاملين وممثليهم على التدابير المُعتمَدة للوقاية من خطر التعرض للفيروس وكيفية التصرف في حالة حدوث عدوى بكوفيد-19. وبالنسبة للعمال المُعرَّضين لخطورة عالية، ينبغي أن يشمل هذا التدريب الاستخدام الصحيح لمعدات الوقاية الشخصية وطرق صيانتها والتخلص منها.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

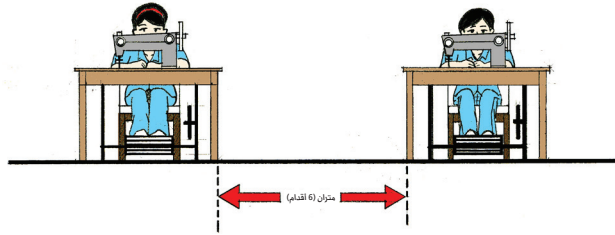
ملاحظات:

**15** مساعدة عمال توصيل البضائع وسائقي الشاحنات وعمال النقل الآخرين للتقليل إلى أدنى حد من التماس المباشر مع العملاء، وضمان تطبيق ممارسات القواعد الصحية الشخصية، مثل غسل اليدين واستخدام مُطهِّرات اليدين. والأخذ في الاعتبار توفير معدات الوقاية الشخصية إذا كان العمال على اتصال مباشر مع العملاء.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**16** تنظيم العمل بطريقة تتيح التقيد بالتباعد الجسدي لمسافة لا تقل عن مترين (6 أقدام) عن الأشخاص الآخرين أو أي مسافة تحددها السلطة المختصة.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**17** توفير أماكن واسعة للعاملين والعملاء والزوار يسهل الوصول إليها، حيث يمكنهم غسل أيديهم بالماء والصابون أو استخدام المُطَهِّرات، وتعزيز ثقافة غسل اليدين.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**18** وضع مُستوزعات تطهير اليدين في أماكن بارزة في كافة أرجاء مكان العمل والتأكد من إعادة ملئها بانتظام.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

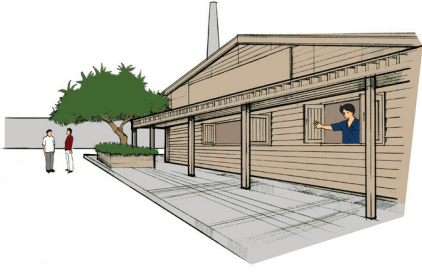


**19** تعزيز ثقافة المسح المنتظم للمكاتب ومنصات العمل، ومقابض الأبواب، والهواتف، ولوحات المفاتيح، وأدوات العمل بالمُطَهِّرات، وكذلك تطهير المناطق المشتركة بانتظام، بما في ذلك المراحيض. ينبغي التنظيف المتكرر للأسطح التي يتم لمسها مراراً واعتماداً على سير العمليات يمكن التفكير في تشغيل عمال لخدمات التنظيف والتطهير.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**20** تحسين التهوية الساحبة، وتزويد الغرف ومناطق العمليات ذات خطورة التعرض العالية للفيروس بالمزيد من الهواء النظيف.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

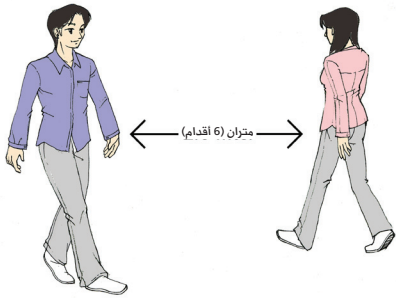


**21** تعزيز ونشر القواعد الصحية الجيدة المتعلقة بالجهاز التنفسي في مكان العمل، مثل تغطية الفم والأنف بمرفق مُنثني أو بمنديل أثناء السعال أو العطاس.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**22** ضمان التباعد الاجتماعي في مكان العمل والبقاء خارج "مواقع التجمعات" (الأمكن التي يلتقي فيها الناس ويتجمعون) قدر الإمكان.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**23** توفير الأقنعة المناسبة والمناديل الورقية في مواقع العمل، لاستخدامها من قِبَل أولئك الذين يعانون من سيلان الأنف أو السعال، جنباً إلى جنب مع سَلَّات مجهزة بغطاء للتخلص منها وفق القواعد الصحية.

هل تقترح أي إجراء؟

- لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**24** اتخاذ الترتيبات لعزل أي شخص تَظْهَر لديه أعراض كوفيد-19 في موقع العمل، ريثما يُنْقَل إلى مرفق صحي مناسب. واتخاذ الترتيبات لتطهير موقع العمل وإجراء الترخد الصحي للأشخاص المُخَالِطِينَ الحاليين أو الذين كانوا مُخَالِطِينَ بشكل مباشر للأشخاص الذين ظهرت لديهم الأعراض.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

## ◀ ٧. حماية العمال ودعمهم

**25** تماشياً مع المعايير الوطنية، زيادة إمكانية الحصول على الإجازة المرضية مدفوعة الأجر، والإعانات المرضية، وإجازة الوالدية/الرعاية، وإبلاغ جميع العمال بذلك.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**26** إبلاغ العمال بأنهم يتمتعون بالحق في أن يُبْعِدوا أنفسهم عن أي وضع في العمل قد يتسبب في أخطار وشيكة وخطيرة على حياتهم أو صحتهم، وفقاً للقانون الوطني والإجراءات المعمول بها، وينبغي إبلاغ المشرف المباشر بالموقف على الفور.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**27** الحفاظ على التواصل المُنتَمِّم مع العمال وممثليهم، بما في ذلك عبر الإنترنت أو، عندما يتعذر ذلك، عبر الهاتف.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



**28** مساعدة العمال على إدارة أي أخطار نفسية اجتماعية ناشئة أو أشكال جديدة لترتيبات العمل، وعلى مساعدتهم على تعزيز أنماط الحياة الصحية والحفاظ عليها، بما في ذلك النظام الغذائي والراحة والنوم، وممارسة التمارين الرياضية، والتواصل الاجتماعي مع الأصدقاء والعائلة.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**29** تماشياً مع إرشادات السلطات المحلية، تشجيع العمال الذين تظهر لديهم أعراض الاشتباه في الإصابة بكوفيد-19 على عدم القدوم إلى مكان العمل وعلى الامتثال للجوانب الأخرى لهذه الإرشادات.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:

**30** نصح العمال بالاتصال بمقدم الرعاية الصحية أو إدارة الصحة العمومية المحلية عندما يعانون من حالة صحية خطيرة، مثل مشاكل في التنفس، ونصحهم بتقديم تفاصيل عن سفرهم الأخير وأعراض مرضهم.

هل تقترح أي إجراء؟

لا  نعم  أولوية

ملاحظات:



## 5. قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة: ملاحظات مُفَصَّلة حول نقاط التَّحَقُّق

فيما يلي ملاحظات مُفَصَّلة حول نقاط التَّحَقُّق من 1 إلى 7 (بما في ذلك الإجراءات من 1 إلى 30) لقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة.

◀ جمع وتبادل المعلومات المُحدَّثة

◀ وضع خطة تأهُب للشركة

◀ إجراء تقييم الخطر

◀ تنظيم العمل

◀ حماية العمال ودعمهم

### ◀ نقطة التَّحَقُّق 1. جمع وتبادل المعلومات المُحدَّثة

#### 1 البحث عن المعلومات والدعم

استشارة خدمات الصحة المهنية أو سلطة الصحة العمومية المحلية أو الشركاء الآخرين بانتظام، الذين ربما وضعوا مواد إعلامية لتعزيز الوقاية من أخطار التعرض للفيروس في مكان العمل ونصائح تقنية أخرى.

**ملاحظات:** يجب جمع معلومات مُحدَّدة وموثوقة بشأن كوفيد-19 وتحليلها؛ وقد تتضمن وثائق ومنشورات أخرى صادرة عن المنظمات والوكالات المعنية بالسلامة والصحة، أو وزارات الصحة أو العمل أو النقل، بالإضافة إلى المؤلفات العلمية التي راجعها النظراء، وما إلى ذلك.

على سبيل المثال، من المهم جداً معرفة عدد حالات كوفيد-19 في المنطقة التي تقع فيها المنشأة، لأن ذلك يفيد في تقييم خطر الانتقال المجتمعي للمرض.

تُعتبر موثوقية مصادر المعلومات نقطة مهمة للغاية. ففي كثير من الأحيان أثناء الجائحة، هناك انتشار سريع للمعلومات من جميع الأنواع من مصادر متعددة، بما في ذلك الشائعات والثرثرة والمعلومات غير الموثوقة التي قد تسبب حالة من الهلع بين عامة الناس.

نظراً للطبيعة الجديدة للفيروس والتقدم المستمر في المعرفة العلمية، من الضروري ضمان أن المعلومات التي يتم الحصول عليها تُراقب وتُحدَّث بشكل متكرر من خلال تبادل المعلومات في الوقت الحقيقي والمشورة والآراء بين خبراء الصحة أو المسؤولين.



## 2 توفير المعلومات

إنشاء نظام لمكان العمل لتوفير معلومات موثوقة مُحدّثة للعمال حول الوضع الناشئ عن كوفيد-19، مع الإشارة إلى المعلومات الصادرة عن السلطات الصحية الوطنية أو المحلية.

**ملاحظات:** ينبغي تقديم هذه المعلومات للعاملين بطريقة سهلة الاستخدام ويمكن للجميع فهمها بسهولة. ويمكن أيضاً مشاركتها مع العملاء والمُوردين والمنشآت المجاورة وشركاء الأعمال الآخرين.

## ◀ نقطة التَّحَقُّق II. وضع خطة تأهّب للشركة

### 3 البيان

وضع ونشر بيان بشأن التزام الإدارة ومسؤولياتها للحد من خطر التعرض لفيروس كوفيد-19 وانتقاله في مكان العمل بالتشاور مع ممثلي العمال.

**ملاحظات:** يبني الالتزام الواضح للإدارة العليا أساساً قوياً للتعاون الفعال بين أصحاب العمل وعمالهم. يتعين دعوة العمال إلى تقديم أفكارهم وآرائهم حول كيفية حماية صحتهم ومكان عملهم معاً من كوفيد-19 والأوبئة المستقبلية. ولهذا، ينبغي عقد اجتماعات مُنظمة لجمع مُدخلاتهم.

### 4 الخطة

وضع خطة تأهّب واستجابة للوقاية من كوفيد-19 في مكان العمل، على أن تأخذ الخطة في الاعتبار جميع مجالات العمل والمهام التي يؤديها العمال والمصادر المُحتَملة للتعرض.

**ملاحظات:** كجزء من نُظْم إدارة السلامة والصحة المهنية، ينبغي أن تتخذ المنشآت الترتيبات اللازمة لمنع الطوارئ والتأهّب والاستجابة للسيناريوهات المختلفة، بما في ذلك الفاشيات. ينبغي أن تكون هذه الترتيبات مناسبة لطبيعة المنشأة وحجمها، وأن يتم اتخاذها بالتعاون مع خدمات الطوارئ الخارجية والسلطات المختصة. ينبغي أن تكون إجراءات الاتصالات الداخلية والخارجية مُحدّدة جيداً وواضحة، بما في ذلك معلومات الاتصال التي يسهل الوصول إليها

للخدمات المحلية للاستجابة للطوارئ. ينبغي إعداد وتجهيز الإسعافات الأولية، والمساعدة الطبية، وتدابير الوقاية والحماية من الحرائق، وطرق وخطط الإخلاء، بالإضافة إلى طاقم العاملين المسؤولين. ينبغي إجراء تدريبات وتمارين عملية دورية لضمان التأهّب في جميع الأوقات.

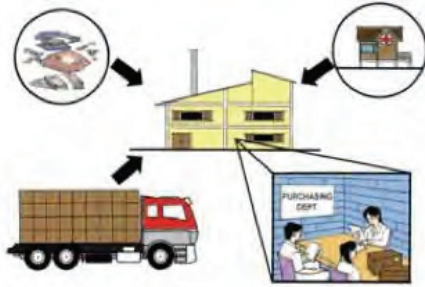
ينبغي وضع خطة تأهّب واستجابة مُحدّدة للوقاية من كوفيد-19 في مكان العمل في ضوء الاعتبارات المذكورة أعلاه ودمجها في سياسات السلامة والصحة المهنية للمنشأة.





ينبغي انخراط العمال في جميع خطوات وضع هذه الخطط، وينبغي تشجيع مُدخلاتهم وأخذها في الاعتبار.

ينبغي أن توفر هذه الخطط طرقاً عملية لحماية العمال، بما في ذلك الرعاية الطبية وتعزيز القواعد الصحية الشخصية وتغيير تنظيم العمل (انظر نقطتي التَحَقُّق III وIV). ويُعدّ هذا جهداً مشتركاً يتيح لجميع الموظفين والعمال وأصحاب العمل (المدراء) الشعور بالفخر والانخراط كمشاركين نشطين في السعي إلى مكان عمل آمن وصحي في جميع الأوقات.



## 5 خطة استمرارية الأعمال

دمج السلامة والصحة في خطة الطوارئ واستمرارية الأعمال، مع الأخذ في الاعتبار المتطلبات الأخرى المتعلقة بالعمل، بما في ذلك العمليات التي يجب إجراؤها باستخدام قوة عاملة أقل عدداً.

**ملاحظات:** ستساعد خطة استمرارية الأعمال التي توضع بمشاركة كاملة من العمال على تحديد الأخطار التي قد تؤثر على أعمال أو مؤسسة معينة في الأزمة، وعلى استنباط استراتيجيات للحد من تأثيرها.

ينبغي أن تغطي الخطة التدابير الرئيسية للحفاظ على سير الأعمال في ظل ظروف استثنائية بسبب الجائحة (العمل عن بُعد، والعمل بنظام المناوبات (الوَرديات)، وترتيبات العمل غير العادية الأخرى مع قوة عاملة أقل عدداً)، بما في ذلك ما يتعلق بتوريد المواد الخام، والمخزون النقدي لحالات طوارئ، والتدفق النقدي من المصارف، ووسائل النقل، وتسليم المنتجات للعملاء. وينبغي إبلاغ الخطة إلى جميع العمال والمقاولين والمُوردين.

## 6 خطة بشأن العمال المُشْتَبَه أو المُؤكَّدة إصابتهم بكوفيد-19

وضع خطة لما يتعين القيام به إذا تم تحديد حالة مُؤكَّدة أو مُشْتَبَه في إصابتها بكوفيد-19 في مكان العمل، حيث تشمل، من بين أمور أخرى، الإبلاغ والمراقبة والتطهير بما يتماشى مع المبادئ التوجيهية الوطنية.

**ملاحظات:** يُعدّ الترخيص الصحي إجراءً وقائياً مهماً. ينبغي أن تُراقب المنشآت الحالة الصحية للعمال، وتضع بروتوكولات للحالات المُؤكَّدة أو المُشْتَبَه في إصابتها بكوفيد-19، وتوفّر الحماية للبيانات الطبية والخاصة، وفقاً للقانون والإرشادات الوطنية.

وعندما يتم تحديد العمال المخالطين لأشخاص مصابين بعدوى كوفيد-19، ينبغي توجيههم لاتباع تعليمات الخدمات الطبية أو الأخصائيين المسؤولين عن رعايتهم الصحية والسلطات الصحية.

ينبغي أن توجه البروتوكولات الخاصة بالعمال بالخاصة بالعمال الذين تظهر لديهم الأعراض أو الذين تم التأكد من إصابتهم بكوفيد-19 نحو البقاء في المنزل. وينبغي أن تتضمن الملصقات إبلاغ العمال بالحاجة إلى البقاء في المنزل وطلب الرعاية الطبية في حالة ظهور أعراض كوفيد-19. ينبغي إبلاغ هذه البروتوكولات إلى جميع العمال، على سبيل المثال عن طريق الملصقات، وينبغي عرضها في مكان بارز، بما في ذلك عند مدخل المنشأة. ينبغي أن تُوفّر هذه الملصقات أيضاً معلومات حول التدابير المتعلقة بالقواعد الصحية (مثل غسل اليدين والقواعد الصحية المتعلقة بالجهاز التنفسي الموصوفة أدناه).



ينبغي أيضاً تفعيل الإجراءات الإدارية لضمان حصول العمال على الإعانات التي ينص عليها القانون (انظر نقطة التَّحَقُّق ٧، الإجراءات 25).

## 7 المراقبة والتقييم

إنشاء آلية مراقبة وتقييم لاستراتيجيات وخطط الوقاية من كوفيد-19.

**ملاحظات:** ينبغي مراجعة استراتيجيات وخطط الوقاية بانتظام لضمان استمرار ملاءمتها.

ينبغي أن تكون خطة تأهّب الشركة مناسبة للعرض. يتعين إعداد مشروع الخطة ووضعها خطوة بخطوة، مع المعلومات المُحدّثة والمتطلبات والأفكار الجديدة.

ستكون هناك حاجة إلى المراقبة المستمرة لظروف الصحة والسلامة المهنيين وتقييمات الخطر المناسبة لضمان تكييف تدابير المكافحة مع الوضع المتغير للفاشية والعمليات المُتطوِّرة المُحدّدة وظروف العمل وخصائص القوة العاملة أثناء الجائحة وما بعدها. ينبغي أن تُراقب المنشآت خدمات الصحة المهنية والسلطات المحلية للصحة العمومية والشركاء الآخرين للحصول على المعلومات والمواد والمَشوِّرة التقنية.

## ◀ نقطة التَّحَقُّق ٣. إجراء تقييم الخطر

### 8 وضع خريطة المخاطر

وضع خريطة لمخاطر جميع العمليات التي تغطي جميع الأعمال.

**ملاحظات:** المخاطر هي أي شيء يُحتمل أن يسبب ضرراً لسلامة الشخص وصحته. ولتقييم خطر كوفيد-19، فإن المخاطر هي الفيروس المسؤول عن كوفيد-19، وينبغي أخذ خصائصه في الاعتبار، بما في ذلك أنماط الانتقال وتوضّع الفيروس على الأسطح المختلفة، لأغراض وضع خريطة المخاطر.

يتعين التَّجَوُّل في مكان العمل والنظر إلى ما يمكن أن يتسبب بشكل معقول في التعرض للفيروس بغية تحديد الأنشطة وعمليات العمل والأجزاء من مكان العمل التي لديها القدرة على السماح بحدوث العدوى (تماس بين شخص وآخر أو تماس بين شخص ومعدات يحتمل أنها ملوثة).

على الرغم من أنه ينبغي إجراء تحديد المخاطر في ظل ظروف العمل العادية، فإن الجائحة تفرض الحاجة إلى تقييم ما إذا كان الخطر يتغير استجابة لطرق العمل المختلفة، على سبيل المثال، قد يكون من الضروري الحفاظ على الإنتاج بعدد أقل من العمال. قد يؤدي العمل بقوة عاملة أقل عدداً إلى زيادة احتمالية وقوع حوادث مهنية بسبب عوامل تقنية وبشرية؛ مثل قلة التحكم في الآلات، أو الكذب (الإجهاد)، أو التعب..

### 9 تقييم الخطر

تقييم خطر التفاعلات المحتملة بين العمال والمقاولين والعملاء والزوار في مكان العمل وتلوث بيئة العمل، وتنفيذ تدابير لمواجهة الأخطار المُحدّدة.

**ملاحظات:** ينبغي لأصحاب العمل إجراء تقييم للخطر بغية اتخاذ التدابير المناسبة لحماية العمال من الأخطار المهنية المتعلقة بالتعرض للفيروس - بقدر ما هو ممكن عملياً.

تقييم الخطر هو عملية تقييم الأخطار على السلامة والصحة الناشئة عن المخاطر في العمل.

وبشكل عام، الأخطار المهنية هي مزيج من احتمالية وقوع حدث خطير وشدة الإصابة أو الضرر على صحة الأشخاص بسبب مثل هذا الحدث.

ولذلك، فإن تقييم خطر العدوى في العمل سيأخذ في الاعتبار:

- ◀ **احتمالية التعرض للفيروس**، مع الأخذ في الحسبان خصائص الفيروس، بما في ذلك انتقاله، مثل انتقاله من شخص لآخر عبر قُطيرات صغيرة تنطلق من الأنف أو الفم، أو انتقاله عن طريق الأشياء والأسطح الملوثة بالقُطيرات.
- ◀ **شدة النتائج الصحية**، مع الأخذ في الحسبان العوامل الفردية، بما في ذلك السن والأمراض الكامنة والظروف الصحية، وكذلك التدابير المتاحة للتحكم في تأثير الفيروس.

يتيح تقييم الخطر للمقيمين تحديد ما إذا كانت الاحتياطات المناسبة قائمة أو ما إذا كان ينبغي اتخاذ المزيد من الخطوات لمنع الضرر الذي يصيب المُعرَّضين للخطر، بما في ذلك العمال والمقاولين والعملاء والزوار. ويقع على عاتق أصحاب العمل مسؤولية مراجعة التقييمات عندما يكون هناك تغيير في سير العمل ولأو إدخال أخطار جديدة، أو عندما يتبين أن تدابير التحكم في الخطر غير كافية أو غير مناسبة.

### كيفية تقييم الأخطار في مكان العمل

إتبع الخطوات الخمس التالية:

- ◀ **الخطوة 1** حدّد المخاطر.
- ◀ **الخطوة 2** حدّد من يمكن أن يتعرض للضرر وكيف.
- ◀ **الخطوة 3** قيّم الخطر - حدّد واتخذ قراراً بشأن تدابير التحكم في الخطر المتعلقة بالسلامة والصحة.
- ◀ **الخطوة 4** سجّل من المسؤول عن تنفيذ تدابير التحكم في الخطر والإطار الزمني.
- ◀ **الخطوة 5** سجّل النتائج، وراقب وراجع تقييم الخطر وحدّثه عند الضرورة.

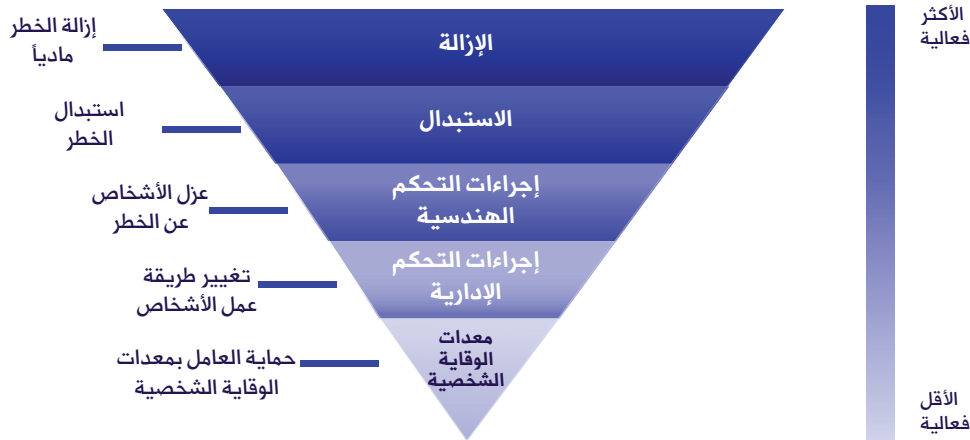
ينبغي تنفيذ إجراءات الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في مكان العمل جنباً إلى جنب مع تدابير التصدي للأخطار الأخرى المتعلقة بالسلامة والصحة المهنية. وينبغي توخي العناية الواجبة لتجنب تنفيذ التدابير لمنع التعرض للفيروس التي يمكن أن تخلق مصادر جديدة للخطر. ومن المهم، أنه ينبغي تقييم بعض العوامل، بما في ذلك على سبيل المثال لا الحصر، التنقل الآمن وتوافر العاملين والخدمات المهمة المتعلقة بالسلامة (الصيانة والإسعافات الأولية وخدمات الطوارئ وما إلى ذلك).

يُعدّ التعاون مع العمال والمدراء وطاقم العاملين في مجال الصحة والسلامة المهنيين أمراً أساسياً. وعند الانتهاء من تقييمات الخطر، يتم إعداد خطة عمل تُوضِّح تدابير التحكم في الخطر التي سيتم تنفيذها. باتباع المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم، الذي يُحدِّد ترتيب الأولوية لتدابير الوقاية والحماية، ينبغي أن تهدف هذه التدابير أولاً وقبل كل شيء إلى إزالة الخطر، وإذا تعذر ذلك، إلى تقليله إلى أدنى حد. سيكون من الأفضل اتخاذ التدابير الجماعية التي تحمي الجميع (مثل العمل عن بُعد، الحواجز، التباعد الاجتماعي)، وإذا لزم الأمر، سيتم اتخاذها مع التدابير الفردية، مثل معدات الوقاية الشخصية، التي تُعدّ خط الدفاع الأخير.

ستزداد احتمالية التعرض للفيروس مع مُخالطة مزيد من الناس؛ وفي المقابل، ستخفُض احتمالية التعرض من خلال تجنب المُخالطة.

ويحتاج أي تقييم للخطر إلى الأخذ في الاعتبار يوم العمل بأكمله، بالإضافة إلى المخاطر المرتبطة بالتنقل إلى العمل ومنه، والوصول إلى الأماكن المشتركة (مثل المقاهي والمرافق الصحية)، ومناطق المبنى التي ينتشر فيها العمال.

## المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم



**الإزالة/الاستبدال.** نظراً لأنه ليس من الممكن بعد إزالة المخاطر المهنية (الفيروس) أو استبدالها إذا أعيد فتح مكان العمل، فإن هناك حاجة إلى مجموعة مشتركة من التدابير الوقائية الأخرى لحماية العمال من التعرض لفيروس كورونا.

**إجراءات التحكم الهندسية.** وتشمل تحسين التهوية عن طريق زيادة معدلات التهوية في بيئة العمل؛ أو تركيب حواجز مادية، مثل الحواجز البلاستيكية الشفافة للحماية من العطاس؛ أو تركيب نوافذ لتقديم الخدمات للعملاء من خلالها.

**إجراءات التحكم الإدارية والتنظيمية.** وتشمل التغييرات في سياسة أو إجراءات العمل بغية الحد من التعرض للمخاطر أو التقليل منها إلى أدنى حد، مثل إدخال مُنَاوَبَات (وُزْدِيَات) إضافية؛ أو التباعد الجسدي؛ أو تطبيق ممارسات القواعد الصحية الجيدة ومكافحة العدوى، الموجهة إلى كل من العمال ومكان العمل.

**معدات الوقاية الشخصية.** في حين أن إجراءات التحكم الهندسية والإدارية تُعتبر أكثر فاعلية، فقد تكون هناك حاجة أيضاً إلى معدات الوقاية الشخصية للوقاية من أنواع معينة من التعرض، لاسيما للمهن الأكثر خطورة.

من الممكن أن يخلق استخدام القناع إحساساً زائفاً بالأمان لدى مرتديه، مما يؤدي إلى تقليل ممارسة التدابير الوقائية المفيدة التي أُقِرَّت، مثل التباعد الجسدي وتطبيق ممارسات غسل اليدين.

لمزيد من المعلومات، يرجى الرجوع إلى:

ILO's policy brief "A safe and healthy return to work during the COVID-19 pandemic".<sup>2</sup>

## ◀ نقطة التَحَقُّق ١٧. تنظيم العمل

### 10 العمل عن بُعد

تعزيز العمل عن بُعد للعمال في المواقع غير الحساسة للتقليل إلى أدنى حد من انتقال كوفيد-19 في مكان العمل.



**ملاحظات:** ينبغي تطبيق العمل عن بُعد<sup>3</sup> كلما كان ذلك ممكناً لأنه يمثل تدبيراً وقائياً جيداً، لاسيما للعمال المُعَرَّضِينَ لخطورة عالية (العمال المصابين بأمراض مزمنة، العمال المسنين). ويمكن لمُقدِّم خدمات الصحة المهنية المعني، أو الطبيب المهني، عند توفره، تحديد العمال الذين ينبغي أن يحظوا بالأولوية إذا كانت خيارات العمل عن بُعد محدودة. وينبغي أيضاً اعتبار ذوي الاحتياجات العائلية (مثل العاملين مع الأطفال أو رعاية المسنين أو غيرهم من أفراد الأسرة المُعَرَّضِينَ لخطورة عالية) كمرشَّحين للعمل عن بُعد.

يُعدُّ العمل عن بُعد خياراً مستجداً لترتيبات العمل حتى في المواقع التي لا تنتشر فيها الجائحة. وتشمل الفوائد التي تعود على العمال تقليل وقت التنقل، وزيادة استقلالية وقت العمل مما يؤدي إلى مزيد من المرونة فيما يتعلق بتنظيم وقت العمل، وتوازن أفضل بشكل عام بين العمل والحياة، وزيادة الإنتاجية. تستفيد الشركات من تحسين التوازن بين العمل والحياة، حيث يمكن أن يؤدي إلى زيادة التحفيز وتقليل معدل تناوب العمال على المهام وزيادة الإنتاجية والكفاءة، فضلاً عن تقليل الحاجة إلى المساحات اللازمة للمكاتب والتكاليف المرتبطة بذلك.

وليكون العمل عن بُعد فعالاً، ينبغي أن يركز على الحوار والتعاون بين الإدارة والعمال. ويُعدُّ هذا أكثر أهمية عندما يقوم العمل عن بُعد على أساس العمل بدوام كامل. من الضروري تزويد العاملين عن بُعد والمدراء بإمكانية الوصول إلى البرمجيات

2. A safe and healthy return to work during the COVID19- pandemic, Policy brief. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms\\_745549.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms_745549.pdf).

تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة العمل الدولية بجنييف بعنوان "عودة آمنة وصحية إلى العمل في ظلّ جائحة فيروس كوفيد-19. موجز سياساتي". متاحة على الرابط

[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms\\_749355.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms_749355.pdf)

3. العمل عن بُعد هو النشاط المتعلق بالعمل من المنزل، حيث تتم الاتصالات مع المكتب عبر الهاتف أو البريد الإلكتروني أو الإنترنت.

والأجهزة والبرامج المناسبة للحواسيب، والدعم التقني، والتدريب. لا تُعدّ الحاجةُ إلى ضمان بيئة عمل آمنة، التي تشمل توفير تدابير الإقامة للأشخاص ذوي الإعاقة ومعالجة التَّنَمُّر السِّبْراني (الإلكتروني) والعنف المنزلي، أقل أهمية.

وبالنسبة للتحديات المحتملة التي فرضها العمل عن بُعد (العزلة، ونقص التفاعل وجهاً لوجه مع زملاء العمل والمدراء والعملاء)، فإنه ينبغي أخذها في الاعتبار بشكل مناسب.

## 11 العمل وفق نظام المُناوَبات (الوَزديات)

إذا لم يكن العمل عن بُعد ممكناً، ينبغي إدخال نظام المُناوَبات (الوَزديات) لتجنب حشد أعداد كبيرة من العمال في المرافق.

**ملاحظات:** عندما لا تسمح طبيعة العمل بالعمل عن بُعد، فإن نظام المُناوَبات (الوَزديات) هو تدبير مُحتمَل للحفاظ على مستويات العمل مع الاحتفاظ بعدد أقل من العمال في المباني. يساعد هذا أيضاً في الحفاظ على مسافة آمنة (جسدية واجتماعية) في مكان العمل.

ينبغي التخطيط للعمل بنظام المُناوَبات (الوَزديات) بناءً على احتياجات العمل، والالتزامات المتعلقة بالصحة والسلامة، والاحتياجات والرغبات الفردية للعمال. ويتعين تقديم خيار للعمال من بين المُناوَبات (الوَزديات) المتاحة بناءً على احتياجاتهم ورغباتهم الفردية، مثل حالتهم الصحية، والوضع المنزلي (مثل المسؤوليات العائلية)، والاختلافات أو الرغبات الفردية (مثل "شخص الصباح" مقابل "شخص المساء").

## 12 السفر

ينبغي تجنب السفر إذا لم يكن ضرورياً. وتقييم خطر العدوى بكوفيد-19 للتخطيط للسفر المتعلق بالعمل (لكافة فترات السفر والمهام الوظيفية).

**ملاحظات:** ينبغي تأجيل السفر غير الضروري. وينبغي تقييم خطر العدوى بكوفيد-19 لجميع مراحل سفر العمل الأساسي والمهام الوظيفية. تشمل المعلومات الضرورية قيود السفر والتوصيات الصادرة عن السلطات الوطنية أو الدولية، وأحدث المعلومات حول المناطق التي ينتشر فيها كوفيد-19، والأخطار الصحية على المسافرين.

يتعين التأكد من قيام أخصائي مُؤَهَّل بإطلاع جميع المسافرين على تدابير الوقاية، وإذا أمكن، الأخذ في الاعتبار التزويد بزجاجات صغيرة من المُطهِّرات الكحولية لفرك اليدين.

يمكن أن يمثل النقل العام/الجماعي، لاسيما إذا استخدمته قطاعات كبيرة من السكان، مثل قطارات الأنفاق والقطارات والمحطات (لاسيما المُستخدمة في المدن الكبيرة)، تعرضاً عالي الخطورة للفيروس. قد تكون وسائل النقل البديلة، مثل المشي مع الحفاظ على تباعد جسدي مع الآخرين أو استخدام دراجة هوائية أو سيارة، خيارات مناسبة أثناء الجائحة، رغم أن الخيارين الأولين مفضلان لأنهما صديقان للبيئة ويتيحان ممارسة التمارين الصحية.

## 13 الاجتماعات

تجنب الاجتماعات وجهاً لوجه، مع إعطاء الأفضلية للمكالمات الهاتفية أو البريد الإلكتروني أو الاجتماعات الافتراضية. وفي حال الحاجة إلى تنظيم الاجتماعات وجهاً لوجه، ينبغي تنظيم مكان الاجتماع بطريقة تتيح التباعد الجسدي.

**ملاحظات:** ينبغي تجنب الاجتماعات كلما أمكن ذلك واستبدالها بالمكالمات الهاتفية أو عقد المؤتمرات عبر الفيديو أو تبادل البريد الإلكتروني. وعندما يتعذر تجنب الاجتماعات، يجب ضمان التباعد الجسدي.

## 14 التدريب

تدريب الإدارة والعاملين وممثليهم على التدابير المُعتمَدة للوقاية من خطر التعرض للفيروس وكيفية التصرف في حالة حدوث عدوى بكوفيد-19. وبالنسبة للعمال المُعرَّضين لخطورة عالية، ينبغي أن يشمل هذا التدريب الاستخدام الصحيح لمعدات الوقاية الشخصية وطرق صيانتها والتخلص منها.

**ملاحظات:** ينبغي أن تغطي برامج التدريب جميع العاملين في المنشأة، وينبغي إجراؤها من قِبَل أشخاص مختصين، وينبغي أن تغطي التدابير المُعتمَدة للتقليل إلى أدنى حد من انتقال الفيروس في مكان العمل. ويمكن أن يشمل هذا ممارسات القواعد الصحية في مكان العمل، والتباعد الجسدي، والسلوكيات الصحية، وترتيبات العمل المُعدَّلة (مثل العمل عن بُعد وساعات العمل المُتداخلة وفترات الراحة)، وتحديد حالات كوفيد-19 المُشْتَبه فيها وتدريبها، وعند الضرورة، استخدام معدات الوقاية الشخصية.

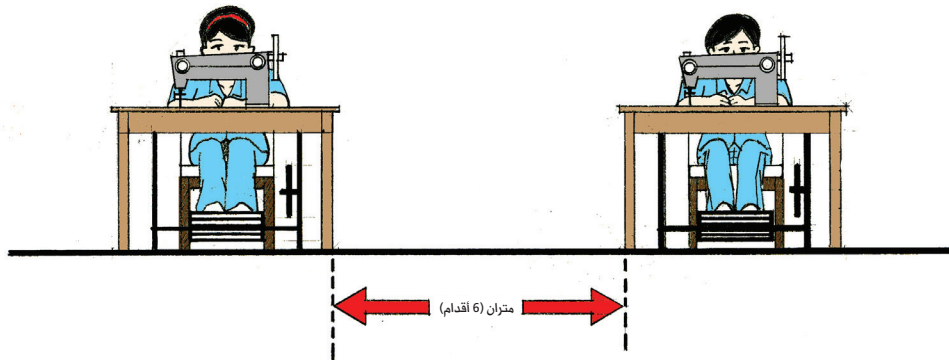
## 15 عمال النقل

مساعدة عمال توصيل البضائع وسائقي الشاحنات وعمال النقل الآخرين للتقليل إلى أدنى حد من التماس المباشر مع العملاء، وضمان تطبيق ممارسات القواعد الصحية الشخصية، مثل غسل اليدين واستخدام مُطهِّرات اليدين. والأخذ في الاعتبار توفير معدات الوقاية الشخصية إذا كان العمال على اتصال مباشر مع العملاء.

**ملاحظات:** ينبغي توجيه عمال النقل، مثل سائقي الشاحنات وعمال توصيل البضائع، للحد من الاتصال مع العملاء، وينبغي لهم ضمان ممارسات القواعد الصحية الشخصية (غسل اليدين/استخدام مُطهِّر اليدين). وينبغي منحهم إمكانية الوصول إلى المراحيض وغرف تغيير الملابس و، إذا لزم الأمر، للاستحمام بالأدواش، مع الحفاظ على التباعد الجسدي والقواعد الصحية المناسبة. وإذا تعذر تجنب الاتصال المباشر مع العملاء أو غيرهم من العمال، فينبغي أن يوفر صاحب العمل معدات الوقاية الشخصية. يفضل أن تتم عمليات الدفع بالوسائل الإلكترونية (التحويل المصرفي) أو بطاقة الائتمان عبر طرق الدفع عن بُعد كلما أمكن ذلك.

## 16 التباعد الجسدي

تنظيم العمل بطريقة تتيح التقيد بالتباعد الجسدي لمسافة لا تقل عن مترين (6 أقدام) عن الأشخاص الآخرين أو أي مسافة تحددها السلطة المختصة.





**ملاحظات:** ينبغي أن يُدخَلَ مكانُ العمل تدابيرَ للحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين بين الأشخاص وتجنب المُخالطة الجسدية المباشرة. قد تتبنى بلدان مختلفة معياراً أدنى لمسافة مختلفة، لذلك من الضروري التقيد بالمسافة الجسدية التي تُحدِّدها السلطات المختصة. ولأن القانون يُلزِم بِـ "حد أدنى من المعايير"، فإنه يمكن لأصحاب العمل دائماً زيادة هذه المسافة إذا كانت المباني ونوع العمل تتيح ذلك.

يُقترح أن تكون مسافة المترين بين العمال كافية، ما لم تُحدِّد الإرشادات الوطنية أو نتائج تقييمات الخطر خلاف ذلك.

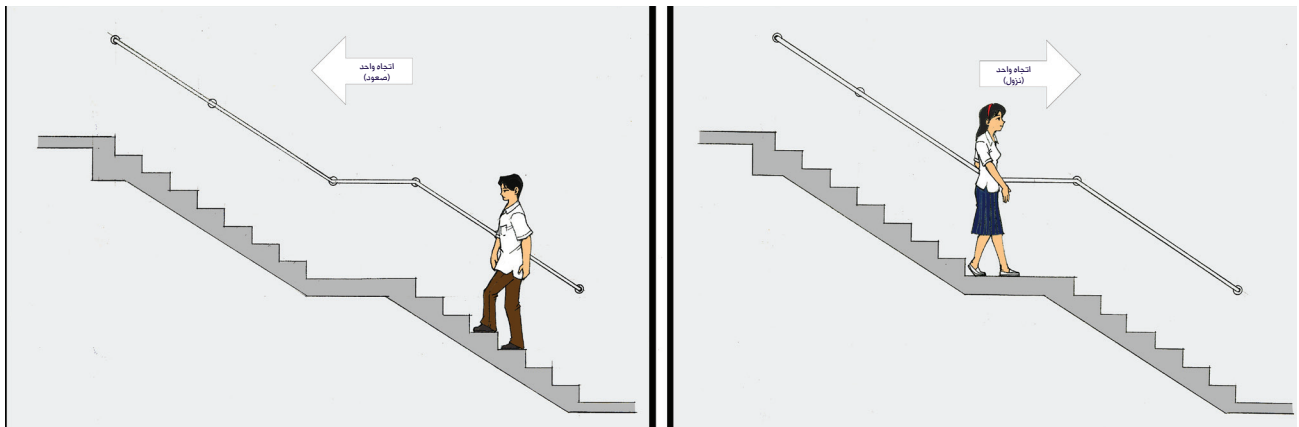
وعندما يتعذر تنفيذ التباعد الجسدي بما لا يقل عن مترين فيما يتعلق بنشاط معين، فقد تشمل إجراءات تخفيف الانتشار البديلة أنشطة مُتعاقبة؛ ووضع العمال للعمل جنباً إلى جنب أو بطريقة يواجه فيها وجه العامل ظهر العامل الذي أمامه بدلاً من المواجهة وجهاً لوجه؛ وتركيب فواصل أو حواجز في جميع نقاط الاتصال الاعتيادية وتنظيفها بانتظام.

يجب أن تكون الفواصل أو الحواجز خالية من الفتحات أو الفجوات، وكتيمة (مقاومة للماء للحماية من القُطيرات المنطلقة من الجهاز التنفسي)، وينبغي أن تكون شفافة في الأماكن التي يرتادها الجمهور؛ ولا ينبغي لها أن تزيد خطر السقوط أو التعثر، ولا ينبغي لها أن تعرقل أو تؤخر الإخلاء الفوري من المنشأة في حالة الطوارئ (حريق، وانفجار، وزلزال، وما إلى ذلك).



تساعد الحواجز الشفافة على تجنب الاتصال المباشر بين البشر، وتُحدِّد من خطر العدوى.

ينبغي تعزيز استخدام الممرات والأدراج (السُّلالم) أحادية الاتجاه ووضع لافتات وفقاً لذلك.



تُعَدُّ العلامات على الأرضيات أيضاً طرقاً بسيطة لتحديد المسافة الجسدية اللازمة في مكان العمل.

قد يمثل بدء المُنَاوَبَات (الوَزِدِيَات) وانتهائها تحدياً للحفاظ على المسافة الجسدية الصحيحة؛ ولكن التدابير التنظيمية، مثل الحد من الاتصال بين الأقسام المختلفة للمنشأة في هذه الأوقات أو تحديد أوقات بدء/انتهاء مختلفة، قد توفر حلاً.

## 17 غسل اليدين

توفير أماكن واسعة للعاملين والعملاء والزوار يسهل الوصول إليها، حيث يمكنهم غسل أيديهم بالماء والصابون أو استخدام المُطَهِّرات، وتعزيز ثقافة غسل اليدين.

يُعَدَّ غسل اليدين بالماء والصابون وفق طريقة منظمة الصحة العالمية طريقة بسيطة وفعالة للحد من خطر الإصابة بكوفيد-19.

اغسل الراحتين والأصابع والمعصمين وظهر اليدين باستخدام الصابون.

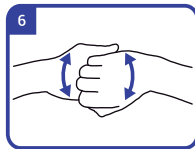
اغسل يديك بانتظام وبشكل متكرر!

**ملاحظات:** ينبغي ضمان ممارسات القواعد الصحية الشخصية لكل شخص يدخل إلى مكان العمل، وليس للعاملين فحسب ولكن أيضاً للأشخاص من خارج المنشأة (مثل سائقي الشاحنات) أو العملاء أو المفتشين أو الزوار. ويتعين تركيب مرافق غسل اليدين أو استخدام الهلام الكحولي (بتركيز 60%) في المدخل وكافة أرجاء مكان العمل/المباني. ينبغي الحفاظ على مواقع الغسل نظيفة، وينبغي أن تتيح إمكانية غسل اليدين بالماء والصابون، وينبغي تزويدها بمرافق لتجفيف الأيدي وسلّات للتخلص من المواد المُستخدَمة. ينبغي وضع اللافتات التي تتضمن تعليمات غسل اليدين على نحو صحيح، وأن تُرى بسهولة وتوضّع في أماكن بارزة بغية تعزيز الممارسات الجيدة.

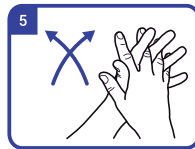
يتعين إنشاء تطبيق عملي للشركة بحيث يغسل الجميع أيديهم بعناية، وعرض ملصقات توضّح كيفية غسل اليدين وفقاً لطريقة منظمة الصحة العالمية الواردة في الملصق التالي.

How to Hand wash? Available at [https://www.who.int/gpsc/5may/How\\_To\\_HandWash\\_Poster.pdf?ua=1](https://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandWash_Poster.pdf?ua=1)

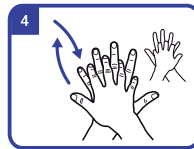
تتوفر نسخة باللغة العربية مترجمة من قبل منظمة الصحة العالمية بعنوان "كيف تغسل يديك". متاحة على الرابط [https://www.who.int/gpsc/5may/tools/handwash\\_poster\\_arabic.pdf?ua=1](https://www.who.int/gpsc/5may/tools/handwash_poster_arabic.pdf?ua=1)



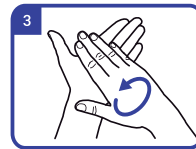
ظهر الأصابع إلى راحة اليد  
المعاكسة مع الأصابع  
المتداخلة



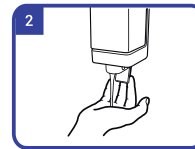
راحة اليد إلى راحة اليد  
مع الأصابع المتداخلة



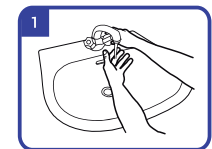
راحة اليد اليمنى فوق ظهر  
اليد اليسرى مع الأصابع  
المتداخلة والعكس  
بالعكس



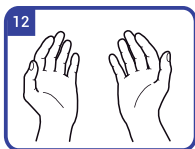
أفرك راحة اليد  
إلى راحة اليد الأخرى



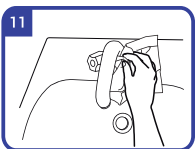
ضَع ما يكفي من الصابون  
لتغطية كافة سطوح اليد



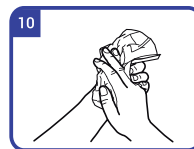
زطب يديك  
بالماء



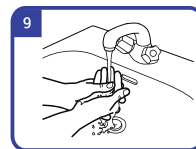
يداك أمتنان



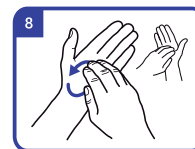
استخدم منشفة  
لإغلاق الصنبور



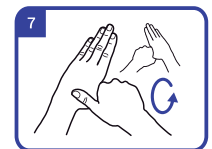
جفف تماماً بمنشفة  
فردية الاستخدام



قُم بشطف يديك بالماء



الفرك الدوراني، إلى الوراء  
وإلى الأمام مع الأصابع  
المتشابكة لليد اليمنى في  
راحة اليد اليسرى والعكس  
بالعكس



الفرك الدوراني للإبهام  
الأيسر المتشابك في راحة  
اليد اليمنى والعكس  
بالعكس



## 18 المُطَهِّرات

وضع مُستوزعات تطهير اليدين في أماكن بارزة في كافة أرجاء مكان العمل والتأكد من إعادة ملئها بانتظام.

**ملاحظات:** تطهير اليدين بشكل مُنتظم وشامل بمُطهر كحولي عندما يتعذر استخدام الماء والصابون. ووضع كمية بحجم النقود المعدنية على اليدين. لا حاجة لاستخدام كمية كبيرة من المُنتج. تجنّب لمس العينين والفم والأنف مباشرة بعد استخدام مُطهر اليدين الكحولي لأن ذلك يمكن أن يسبب تهيجاً. تعتمد مُطهرات اليدين الموصى بها للحماية من كوفيد-19 على الكحول، وبالتالي قد تكون قابلة للالتهاب؛ لذا لا تُستخدم قبل التعامل مع النار أو الطهي أو القيام بأنشطة بالقرب من اللهب المكشوف الذي يمكن أن يؤدي إلى اشتعال المُطهر. يتعين التذكُّر أن غسل اليدين بالماء والصابون فعال أيضاً ضد كوفيد-19.

إن غسل اليدين بالماء والصابون أو استخدام المُطهر الكحولي لفرك اليدين يقتل الفيروسات التي قد تكون مُتوضّعة على اليدين. إذا كانت الأيدي مُتسخة بشكل واضح، يتعين غسلها أولاً بالماء والصابون. في حال استخدام مُطهر اليدين الكحولي، التأكيد من استخدامه وتخزينه بعناية.

## 19 التنظيف

تعزيز ثقافة المسح المُنتظم للمكاتب ومنصات العمل، ومقابض الأبواب، والهواتف، ولوحات المفاتيح، وأدوات العمل بالمُطهرات، وكذلك تطهير المناطق المشتركة بانتظام، بما في ذلك المراحيض. ينبغي التنظيف المتكرر للأسطح التي يتم لمسها مراراً. واعتماداً على سير العمليات يمكن التفكير في تشغيل عمال لخدمات التنظيف والتطهير.

نظّف وطهّر الأرضيات وصنابير المياه ومقابض الأبواب بشكل متكرر قدر الإمكان، حيث يمكن أن تكون مصادر للعدوى لأن العديد من الأشخاص يستخدمونها كل يوم. دَرِّب عمال التنظيف بغية حماية أنفسهم.



**ملاحظات:** ضمان تنظيف وتطهير الأشياء والأسطح التي يتم لمسها بانتظام، مثل المكاتب ومواقع العمل ومقابض الأبواب ومفاتيح الإضاءة والهواتف ولوحات المفاتيح والأشياء المُستخدمة للعمل. ينبغي تنظيف وتطهير الأسطح التي يتم لمسها مراراً، بما في ذلك المناطق المشتركة والمطبخ ومناطق إعداد الطعام وغرف الاستحمام والمراحيض وأسطح العمل.

واعتماداً على العمليات، يمكن أن يكون تشغيل خدمات التنظيف والتطهير أو تعيين عاملين إضافيين لمثل هذه الواجبات خياراً. ينبغي أن يعمل طاقم عمال التنظيف بين مُنَاوَبَات (وَرَدِيَّات) العمل لتجنب الاتصال مع الآخرين. وينبغي على العمال الآخرين ترك المباني نظيفة لتجنب أعمال التنظيف المُربِكة. قد يكون عمال التنظيف أكثر تعرضاً لخطر الفيروس والمخاطر الأخرى (مثل المخاطر الكيميائية والفيزيائية والأرغونومية (التلاؤمية))، لذلك يحتاجون إلى التدريب الكافي على تدابير الوقاية، وينبغي لأصحاب العمل تزويدهم بمعدات الوقاية الشخصية المناسبة بما في ذلك الأقنعة الواقية والقفازات المطاطية (يتعين التذكُّر أن استخدام القفازات لا يُعتبر بديلاً عن الحاجة إلى تطبيق ممارسات غسل اليدين المُنتظم!) والمآزر والقبعات والأحذية طويلة الساق.

وسيتاجون إلى سَلَّاتٍ للنفايات بداخلها أكياس بلاستيكية يمكن إفراغها دون لمس محتوياتها. وينبغي أن تكون المناديل والمُطَهِّرات متوفرة دائماً.

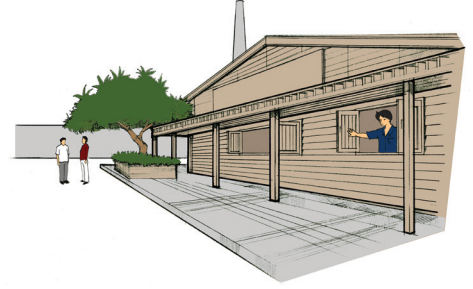
ينبغي أيضاً تنظيف مَزَكَبات الشركة بانتظام (مقابض الأبواب والمُكُونات الداخلية) وتجهيزها بالمنتجات المُستخدمة للتطهير وتطبيق ممارسات غسل اليدين، وبالمناشف الورقية، وبأكياس النفايات.

ينبغي على كل فرد في طاقم عمال التنظيف استخدام أدواته الفردية والعناية بها، إذا كان ذلك ممكناً، حيث ينبغي تنظيفها وتطهيرها بانتظام (خاصة المقابض والأسطح ومفاتيح الأزرار التي تُضَعَط). ينبغي تنظيف المعدات المُستخدمة بشكل جماعي وتطهيرها بين الاستخدام والآخر من قِبَل كل مُستخدم.

## 20 التهوية

تحسين التهوية الساحبة، وتزويد الغرف ومناطق العمليات ذات خطورة التعرض العالية للفيروس بالمزيد من الهواء النظيف.

إفتح النوافذ لزيادة التهوية.  
يَحُدُّ تدفق الهواء النقي من خطر التعرض للفيروس.



**ملاحظات:** تُعَدُّ زيادة التهوية عن طريق التهوية الطبيعية أو التهوية الاصطناعية تدبيراً فعالاً لإزالة الفيروس المُصاحب للقطيرات الدقيقة جداً (القادرة على البقاء في الهواء والانتقال لمسافات أطول). كما أن التهوية تحسن الظروف الصحية وجودة الهواء.

سيكون فتح النوافذ على جوانب متقابلة من الغرفة تدبيراً ممكناً.

## 21 القواعد الصحية المتعلقة بالجهاز التنفسي

تعزيز ونشر القواعد الصحية الجيدة المتعلقة بالجهاز التنفسي في مكان العمل، مثل تغطية الفم والأنف بمرفق مُنثني أو بمنديل أثناء السعال أو العطاس.

**ملاحظات:** تُعْتَبَر ممارسات القواعد الصحية المتعلقة بالجهاز التنفسي جزءاً من القواعد الصحية الشخصية، وتتألف من تغطية الفم والأنف بمنديل يمكن التخلص منه أو، في حال تعذر وجوده، بمرفق مُنثني أثناء السعال أو العطاس. هذا التدبير البسيط يَحُدُّ بشكل كبير من تبعثر القُطَيْرَات المُنطَلِقة من الجهاز التنفسي في البيئة ويقلل من خطر تلوث اليدين. يتعين التخلص من المنديل فوراً بعد استخدامه في أقرب سلة مُعلَقة للنفايات ثم غسل وتطهير اليدين بعد ذلك.

إذا تعذر توفر المناديل، أعطس أو أسعل في مرفقك وليس في يدك.  
يمكن أن يساعد ذلك في منع انتشار أمراض الجهاز التنفسي، مثل كوفيد-19.



## 22 التباعد الاجتماعي

ضمان التباعد الاجتماعي في مكان العمل والبقاء خارج "مواقع التجمعات" (الأماكن التي يلتقي فيها الناس ويتجمعون) قدر الإمكان.

**ملاحظات:** ينبغي تقليل كثافة الأشخاص في المبنى عن طريق ضمان التباعد الجسدي بما لا يقل عن مترين (6 أقدام) لمواقع العمل والأماكن المشتركة، بما في ذلك المخازن والمطابخ.

ينبغي وضع الطاولات والكراسي بعيداً عن بعضها بدرجة كافية. وينبغي تجنب صفوف الانتظار (الطوابير)، في حين أنه يمكن تحديد مسافة الأمان بسهولة بوضع علامات على الأرضيات بواسطة شريط لاصق أمام منصات الحصول على الطعام، ونقاط جمع والتخلص من النفايات، وحيثما كان ذلك ضرورياً. وإذا لزم الأمر، يمكن تمديد أوقات الخدمة.

عند تقديم خدمات الوجبات، سيكون توفير الطعام المُعبأً بعبوات ومياه الشرب المُعبأة خياراً بهدف تجنب التجمعات في المقاهي أو المطاعم أو المقاصف. ينبغي تقديم معلومات للعمال للدخول إلى الغرفة فرداً تلو الآخر من أجل الحصول على وجباتهم من الطعام والمشروبات.

قد يتم تخصيص فترات زمنية مختلفة للحصول على الطعام لمختلف فرق العمل أو الأقسام.

وتُعتبر الغرفة الكبيرة والنظيفة والأمنة، التي من المحتمل أن تكون ببابين لضمان مرور وحيد الاتجاه للمشاة، مثالية لهذا الغرض.

ينبغي وضع اللافتات عند مداخل المراحيض وغرف تغيير الملابس للسماح لمستخدم واحد فقط في كل مرة. وبدلاً من ذلك، ينبغي تطبيق التدابير المناسبة لضمان التباعد الجسدي (مثل فواصل الغرف، والحواجز، وما إلى ذلك).

## 23 الأقنعة والمناديل

توفير الأقنعة المناسبة والمناديل الورقية في مواقع العمل، لاستخدامها من قِبَل أولئك الذين يعانون من سيلان الأنف أو السعال، جنباً إلى جنب مع سَلَّات مجهزة بغطاء للتخلص منها وفق القواعد الصحية.



ارتدِ قناعاً أثناء السعال أو العطاس.

**ملاحظات:** ينبغي توفير الأقنعة المناسبة للعمال الذين تظهر لديهم الأعراض (مثل سيلان الأنف أو السعال) بالإضافة إلى حاويات مغلقة للنفايات للتخلص منها. ينبغي أن تكون المناديل التي تُستخدم لمرة واحدة متاحة لهم.

## 24 العزل في مكان العمل

اتخاذ الترتيبات لعزل أي شخص تَظْهَر لديه أعراض كوفيد-19 في موقع العمل، ريثما يُنْقَل إلى مرفق صحي مناسب. واتخاذ الترتيبات لتطهير موقع العمل وإجراء الترخد الصحي للأشخاص المُخَالِطِينَ الحاليين أو الذين كانوا مُخَالِطِينَ بشكل مباشر للأشخاص الذين ظهرت لديهم الأعراض.

**ملاحظات:** في حالة ظهور أعراض لدى أي شخص في مكان العمل، ينبغي اتخاذ الترتيبات اللازمة لعزله الفوري في غرفة منفصلة. وينبغي تسليم معدات الوقاية الشخصية له بطريقة آمنة. على سبيل المثال، قد يتم وضعه في الغرفة حيث سيتم العزل المؤقت للعامل الذي تظهر لديه الأعراض قبل الوصول إليه؛ وإذا كان ذلك مستحيلاً، فقد تُترك عند باب غرفة العزل، حيث يمكن للشخص الذي ظهرت لديه الأعراض أن يجمعها دون مُخالطة أي شخص. ينبغي لأصحاب العمل الالتزام الصارم بتعليمات السلطات الصحية المحلية.

يتعين التذُّكُر أنه على الرغم من أن غالبية مرضى كوفيد-19 تظهر لديهم أعراض خفيفة، إلا أن الأعراض الشديدة (مثل المشاكل في التنفس) تتطلب عناية طبية عاجلة في مرفق رعاية صحية مناسب.

ينبغي للمنشآت تطهير بيئة العمل وفقاً لتعليمات السلطات الصحية المحلية. وينبغي للمنشأة تقديم التعاون في حالة حاجة زملاء العمل والأشخاص الآخرين إلى الخضوع إلى التتبع كمُخَالِطِينَ مُحْتَمَلِينَ للعمال المصابين بالعدوى.

سيعود العمال الذين أُصيبوا بكوفيد-19 إلى العمل بعد استيفاء المتطلبات الصحية الوطنية أو المحلية. وينبغي تجنب أي نوع من التمييز أو اللوم أو الوصمة<sup>4</sup>.

## ◀ نقطة التَّحَقُّق ٧. حماية العمال ودعمهم

## 25 الإجازات والإعانات

تماشياً مع المعايير الوطنية، زيادة إمكانية الحصول على الإجازة المرضية مدفوعة الأجر، والإعانات المرضية، وإجازة الوالدية/الرعاية، وإبلاغ جميع العمال بذلك.

**ملاحظات:** عندما لا يتطرق التشريع الوطني إلى هذه المسألة، فمن الممارسات الجيدة أن يحصل العمال الذين أُصيبوا بكوفيد-19 على إجازة مَرَضِيَّة مدفوعة الأجر أو الإعانات المَرَضِيَّة، طالما أنهم غير قادرين على العمل، من أجل التعويض عن تعليق المكاسب التي فقدوها نتيجة لذلك، ويتمتع جميع العمال بحق الحصول على معلومات كافية عن الإعانات المُنتظَمة أو المُوسَّعة.

## 26 معلومات بشأن تمتع العمال بالحق في إبعاد أنفسهم عن الخطر الوشيك والخطير

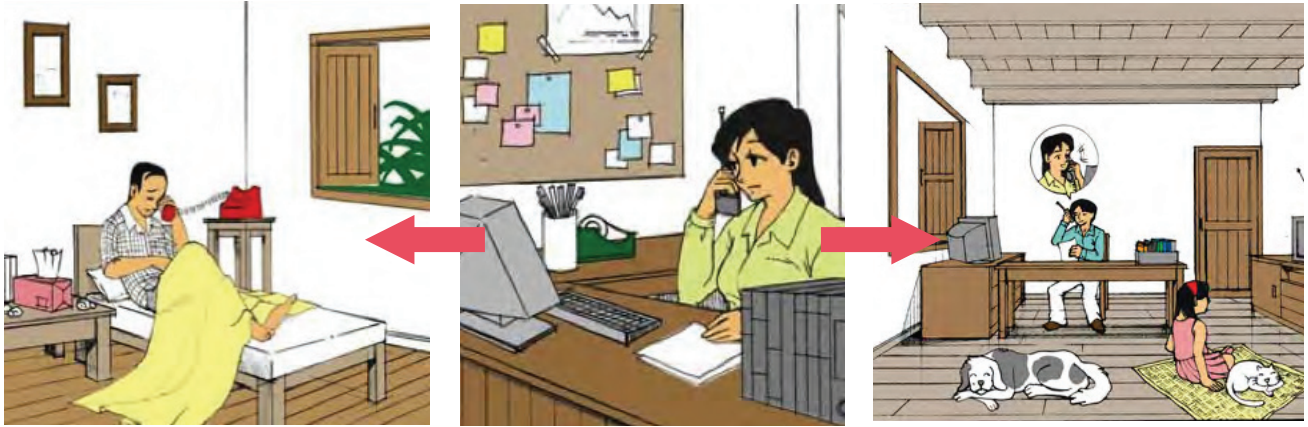
إبلاغ العمال بأنهم يتمتعون بالحق في أن يُبعِدوا أنفسهم عن أي وضع في العمل قد يتسبب في أخطار وشيكة وخطيرة على حياتهم أو صحتهم، وفقاً للقانون الوطني والإجراءات المعمول بها، وينبغي إبلاغ المشرف المباشر بالموقف على الفور.

4. تُعرَّف منظمة العمل الدولية الوصمة فيما يتعلق بالمرض بأنها استبعاد أو رفض أو تقليل من شأن المرضى وأسره من قِبَل الآخرين بناءً على معتقدات عدم القبول الاجتماعي أو الدونية.

**ملاحظات:** وفقاً للقانون الوطني، إبلاغ العاملين بحقهم في إبعاد أنفسهم عن أي وضع في العمل لديهم مبرر معقول للاعتقاد بأنه يمثل خطراً وشيكاً وخطيراً على حياتهم أو صحتهم، بالإضافة إلى ضرورة إبلاغ مشرفهم المباشر على الفور.

## 27 التواصل مع العمال

الحفاظ على التواصل المنتظم مع العمال وممثليهم، بما في ذلك عبر الإنترنت أو، عندما يتعذر ذلك، عبر الهاتف.



**ملاحظات:** ينبغي الحفاظ على التواصل مع العمال المرضى وأسرهم، وكذلك مع العمال الذين يعملون عن بُعد بشكل مؤقت، بغية ضمان المساعدة الضرورية من قبل الشركة وتقديم الدعم المعنوي.

## 28 الأخطار النفسية الاجتماعية

مساعدة العمال على إدارة أي أخطار نفسية اجتماعية ناشئة أو أشكال جديدة لترتيبات العمل، ومساعدتهم على تعزيز أنماط الحياة الصحية والحفاظ عليها، بما في ذلك النظام الغذائي والراحة والنوم، وممارسة التمارين الرياضية، والتواصل الاجتماعي مع الأصدقاء والعائلة.

**ملاحظات:** ضمان أن ترتيبات العمل الجديدة (مثل العمل عن بُعد) تعمل بشكل ملائم ولا ينشأ عنها أخطار نفسية اجتماعية أو تفاقمها. وأثناء الفاشية، مثل كوفيد-19، يتعرض السكان بأكملهم لكرب (إجهاد) متزايد قد تكون له آثار خطيرة على الصحة الذهنية، لاسيما في الحالات التي يتم فيها فرض العزل الإلزامي في المنزل. وقد يتراكم الشعور بعدم اليقين، إلى جانب القلق الناجم عن ترتيبات العمل الجديدة، مما يزيد الحاجة إلى تعزيز التواصل مع الأشخاص العاملين من المنزل والعاملين المرضى.

سيساعد الحفاظ على الاتصال مع العمال أيضاً في تحديد ما إذا كان العمال بحاجة إلى دعم تقني أو نفسي اجتماعي إضافي.

وأكثر من أي وقت مضى، ينبغي أن تشجع المنشآت عمالها وتقدم المشورة لهم لتبني نمط حياة صحي والحفاظ عليه، لأن اتباع نظام غذائي متوازن والحصول على نوم كافٍ سيؤثران إيجابياً على وظيفة المناعة، بينما تؤثر التمارين الرياضية إيجابياً على المزاج. وينبغي التشجيع على التمارين الرياضية، لاسيما بين العمال المحجورين في المنزل.



## 29 البقاء في المنزل

تماشياً مع إرشادات السلطات المحلية، تشجيع العمال الذين تظهر لديهم أعراض الاشتباه في الإصابة بكوفيد-19 على عدم القدوم إلى مكان العمل وعلى الامتنال للجوانب الأخرى لهذه الإرشادات.

**ملاحظات:** يجب ألا يدخل العمال الذين تظهر لديهم أعراض كوفيد-19 إلى مكان العمل. وينبغي لهم البقاء في المنزل واتباع تعليمات السلطات الصحية. لقد وضعت معظم البلدان تعليمات للجُمهور (مثل خطوط الهاتف الخاصة مع خدمة على مدار 24 ساعة من قِبَل عاملي الرعاية الصحية المُدرَّبين) لاتباعها في حالة ظهور أعراض تتوافق مع كوفيد-19.

تشرف خدمات الصحة المهنية على مراقبة صحة العمال في مكان العمل، وبالتالي فهي مسؤولة، من بين وظائف أخرى، عن تتبع الحالات المُؤكَّدة والمُشْتَبَهِة؛ وتتبع أي عدوى مُحتمَلة وتوجيه العمال إلى الحجر الصحي؛ وإخطار سلطات الصحة العمومية والضمان الاجتماعي.

## 30 تقديم المشورة للعمال

نصح العمال بالاتصال بمُقَدِّم الرعاية الصحية أو إدارة الصحة العمومية المحلية عندما يعانون من حالة صحية خطيرة، مثل مشاكل في التنفس، ونصحهم بتقديم تفاصيل عن سفرهم الأخير وأعراض مرضهم.

**ملاحظات:** من المهم للغاية الاتصال بمُقَدِّم الرعاية الصحية (مثل الممارس العام) أو سلطات الصحة العمومية المحلية بعد ظهور أعراض توحى بكوفيد-19، لاسيما إذا كانت شديدة (مثل المشاكل في التنفس). وينبغي أن تكون المعلومات ذات الصلة (أرقام الهاتف ومعلومات الاتصال الأخرى) متاحة لجميع العمال ويتم نشرها في مكان العمل.

ينبغي الإبلاغ عن المعلومات المتعلقة بالسفر الحديث (المحلي والدولي) إلى السلطات الصحية حيث قد يكون من الضروري تتبع، على سبيل المثال، المُخَالِطِينَ أثناء السفر (الرُّكَّاب على نفس الطائرة أو القطار أو السفينة، والمشاركين في اجتماعات العمل، والعمالين في الفندق، وما إلى ذلك). وفي حالة السفر بغرض العمل، سيتم الاتصال بصاحب العمل.

ابق في المنزل  
إذا ظهرت لديك أعراض كوفيد-19  
واتَّبِعْ إرشادات  
السلطات الصحية المحلية.



## 6. خطة العمل والمتابعة

يمكن إعداد خطة العمل ومتابعة التحسينات المُخَطِّط لها باستخدام النموذج الوارد في الملحق الأول.

### تعيين المسؤولية عن تنفيذ تدابير التحكم والإطار الزمني

عندما يتم اتخاذ قرار بشأن تدابير التحكم في الخطر، ينبغي على أصحاب العمل اتخاذ الإجراءات اللازمة لتنفيذها. وينبغي عليهم أيضاً تعيين المسؤولية داخل المنشأة لتنفيذها ضمن إطار زمني معقول وتسجيل التاريخ الذي تم التصرف فيه وتفعيله.

للإجراءات المُقترحة ثلاث مسؤوليات متميزة:

◀ مَنْ سيقوم بالإجراءات في المنشأة؟

◀ متى سيتم القيام بالإجراءات؟

◀ في أي تاريخ تم وضع أو تفعيل تدابير التحكم في الخطر؟

يعني هذا أنه بالنسبة لكل تدبير تحكم مذكور في قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات، ينبغي تحديد الشخص/الأشخاص المسؤولين عن تنفيذ الإجراء، إلى جانب الموعد النهائي لاستكمالها. وينبغي أيضاً تحديث خطة العمل عند تحديد تدابير التحكم أو تفعيلها بنجاح.

وعند تقييم الأخطار، من الشائع العثور على مشاكل أكثر مما يمكن إصلاحه فوراً. ويُعدّ هذا سبباً في أنه من المهم تحديد الأولويات ومعالجة المخاطر الأكثر خطورة أولاً. يساعد هذا في حماية العمال ويحقق الكفاءة وفعالية التكلفة لإجراءات التحكم في الخطر.

يجب ألا تكون تقييمات الخطر للمنشآت الصغيرة والمتوسطة أوراقاً أكاديمية، ولكن الهدف دائماً هو أن يقوم صاحب العمل في المنشأة بتنفيذ التوصيات. ولذلك، ينبغي أن تكون خطة العمل عملية وشاملة.

### مراقبة فعالية تدابير التحكم

ينبغي لأصحاب العمل مراقبة والتَّحَقُّق من فعالية الإجراءات المقترحة وضمن الحفاظ عليها؛ وخاصة ما يلي:

◀ هل نُفذت التدابير؟

◀ هل تم الحد من الأخطار وحماية العمال بشكل أفضل؟

◀ مَنْ سيراقب ويتحقق من استمرار فعالية تدابير التحكم؟

◀ مَنْ سيتحقق ما إذا كانت هناك حاجة لإجراءات جديدة/إضافية؟

### مراجعة وتحديث قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات

تقييم الخطر ليس نشاطاً يُجرى لمرة واحدة؛ ولكن يجب مراجعته من وقت لآخر، وفقاً لتغيير وضع الجائحة، والبيئات الجديدة، والمتطلبات الجديدة، والتغييرات في ترتيبات العمل.

أنظر إلى قائمة التَّحَقُّق الخاصة بك مرة أخرى. هل كانت هناك أي تغييرات؟ هل ما زلت بحاجة إلى تحسينات؟ هل اكتشف عمالك مشكلة؟ تأكد من تحديث تقييم الخطر الخاص بك. إذا كان هناك تغيير كبير، فلا تنتظر.. دقق قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات الخاصة بك وقم بتعديلها عند الضرورة.

### الدروس المُستفادة

حتى الآن، نعلم أن الفيروس المُسبب لكوفيد-19 ينتقل بين الأشخاص عبر المُطَيِّرات. ويُعدُّ المُخالطون للمريض المصاب بكوفيد-19 (مثل طاقم العاملين في مجال الرعاية الصحية أو الأشخاص الذين يقطنون في نفس المنزل) الأشخاص الأكثر عرضة لخطر العدوى؛ وتُعدُّ تدابير الوقاية وتخفيف الانتشار أساسية.

### تشمل التدابير الوقائية الأكثر فعالية في المجتمع/مكان العمل ما يلي:

- ◀ تطبيق ممارسات غسل اليدين بالماء والصابون مراراً؛
- ◀ تحسين تنظيف وتطهير الأشياء والأسطح التي يتم لمسها بانتظام، بما في ذلك جميع الغرف والأسطح والأرضيات والمراحيز/غرف الاستحمام وغرف تغيير الملابس؛
- ◀ تجنب لمس العينين والأنف والفم؛
- ◀ ممارسة القواعد الصحية المتعلقة بالجهاز التنفسي عن طريق السعال أو العطاس في المرفق المُثنِّي أو المناديل الورقية ثم التخلص من المنديل على الفور؛
- ◀ ارتداء قناع طبي في حالة ظهور أعراض تنفسية وتنظيف اليدين بعد التخلص من القناع؛
- ◀ الحفاظ على مسافة جسدية (متران أو ستة أقدام على الأقل) من الآخرين.

مقتبسة من: منظمة الصحة العالمية:

Considerations for public health and social measures in the workplace in the context of COVID-19. Available at <https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-public-health-and-social-measures-in-the-workplace-in-the-context-of-covid-19>

تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قبل منظمة الصحة العالمية بعنوان "الاعتبارات المتعلقة بما ينبغي اتخاذه من تدابير الصحة العمومية والتدابير الاجتماعية في مكان العمل في سياق كوفيد-19". متاحة على الرابط

[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332050/WHO-2019-nCoV-Adjusting\\_PH\\_measures-Workplaces-2020\\_1-ara.pdf?sequence=10&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332050/WHO-2019-nCoV-Adjusting_PH_measures-Workplaces-2020_1-ara.pdf?sequence=10&isAllowed=y)

كان موضوع اليوم العالمي لمنظمة العمل الدولية الخاص بالسلامة والصحة في العمل لعام 2020 ما يلي: "السلامة والصحة في العمل يمكن أن تنقذ الأرواح".

نص إعلان مئوية منظمة العمل الدولية من أجل مستقبل العمل (2019) على ما يلي "توفير ظروف عمل آمنة وصحية أمرٌ أساسي لتحقيق العمل اللائق"<sup>5</sup>. إن هذه الجائحة تجعل من إعلان المئوية أكثر أهمية. ويمكن لعالم العمل، الذي تلعب فيه المنشآت الصغيرة والمتوسطة دوراً مهماً، أن يكون بالفعل أساسياً للوقاية من جائحة كوفيد-19 وتخفيف انتشارها.

5. The text of the ILO Centenary Declaration for the Future of Work of 21 June 2019 is Available at: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed\\_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms\\_711674.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms_711674.pdf)

5. نص إعلان مئوية منظمة العمل الدولية من أجل مستقبل العمل الصادر في 21 حزيران/يونيو 2019 متاح على الرابط: [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed\\_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms\\_713798.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms_713798.pdf)



## ملحق ا: خطة العمل ونموذج المتابعة لقائمة التَّحَقُّق من الإجراءات المتعلقة بكوفيد-19 للمنشآت الصغيرة والمتوسطة

### 1. تخطيط الإجراءات

الإدارة/القسم/العملية: .....

.....

التاريخ: ..... المجموعة: .....

#### نقاط التَّحَقُّق\*

[ ] ا. جمع وتبادل المعلومات المُحدَّثة

[ ] ا. وضع خطة تأهُّب للشركة

[ ] ا. إجراء تقييم الخطر

[ ] ا. تنظيم العمل

[ ] ا. حماية العمال ودعمهم

.....

#### الموقع

.....

.....

.....

#### وصف التحسين/التحسينات المتوقعة

.....

.....

.....

ما هو التحسين (التحسينات) الضرورية؟

-----  
-----  
-----  
-----

لماذا هناك حاجة إلى التحسين (التحسينات)؟

-----  
-----  
-----  
-----

المهارات والتقنيات اللازمة للتنفيذ:

-----  
-----

**\* ينبغي استخدام صحائف منفصلة لتحسينات المجالات التقنية المختلفة**

الدعم اللازم لتنفيذ التحسين/التحسينات (بما في ذلك من قِبَل سلطة/سلطات السلامة والصحة المهنية)

-----  
-----  
-----

المدة اللازمة لإكمال التحسين/التحسينات: -----

التاريخ التقريبي لانتهاء

-----  
-----

## 2. متابعة الإجراءات: (معلومات حول التحسين/التحسينات المُنجزة)

التاريخ: ----- المجموعة: -----

الإدارة/القسم/العملية: -----

عنوان التحسين المُنجز/قيد الإنجاز:

-----  
-----

نقاط التَّحَقُّق:

[ ] ا. جمع وتبادل المعلومات المُحدثة

[ ] ا. وضع خطة تأهب للشركة

[ ] ا. إجراء تقييم الخطر

[ ] ا. تنظيم العمل

[ ] ا. حماية العمال ودعمهم

تاريخ تنفيذ التحسين:

-----  
-----

تم الانتهاء من مراجعة الإجراءات.

◀ هل تم الحد من الأخطار وحماية العمال بشكل أفضل؟

◀ هل لا تزال تدابير التحكم فعالة؟

◀ هل هناك حاجة إلى إجراءات جديدة/إضافية؟

اسم الشخص/الأشخاص المسؤولين:

-----

## ملحق ا: مصادر المعلومات

- Germany, Federal Ministry of Labour and Social Affairs. 2020. SARS-CoV-2 Occupational Safety and Health Standard. 16 April. Available at [https://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/PDF-Schwerpunkte/sars-cov-2-arbeitsschutzstandard-en.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=2](https://www.bmas.de/SharedDocs/Downloads/DE/PDF-Schwerpunkte/sars-cov-2-arbeitsschutzstandard-en.pdf?__blob=publicationFile&v=2).
- ILO. 2013. *Training Package on Workplace Risk Assessment and Management for Small and Medium-Sized Enterprises*. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms\\_215344.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_215344.pdf)
- تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق بعنوان "حقيبة تدريبية بشأن تقييم الخطر وإدارته في مكان العمل للمنشآت الصغيرة والمتوسطة". متاحة على الرابط <http://aiosh.org/PublicFiles/File/hakebatadrebbea.pdf>
- , 2019. A Qualitative Study on Stigma And Discrimination Experienced by Indigenous Peoples Living with HIV or Having TB at Work. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/publication/wcms\\_737284.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/publication/wcms_737284.pdf)
- , 2020. In the Face of a Pandemic: Ensuring Safety and Health at Work. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms\\_742463.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_742463.pdf)
- , 2020. "ILO Monitor: COVID-19 and the World of Work: Updated Estimates and Analysis". Third edition, 29 April. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms\\_743146.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---dcomm/documents/briefingnote/wcms_743146.pdf)
- , 2020. "ILO Standards and COVID-19 (Coronavirus). FAQ. Key Provisions of International Labour Standards Relevant to the Evolving COVID-19 Outbreak". Version 2.1, 29 May. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_norm/---normes/documents/genericdocument/wcms\\_739937.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/genericdocument/wcms_739937.pdf)
- تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة العمل الدولية بجنيف بعنوان "معايير منظمة العمل الدولية وكوفيد-19 (فيروس كورونا)". أسئلة يتكزّر طرحها، أحكام أساسية لمعايير العمل الدولية متعلقة بتفتيش جائحة كوفيد-19 (فيروس كورونا)". 23 آذار/مارس 2020، النسخة 1.2 متاحة على الرابط [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_norm/---normes/documents/publication/wcms\\_741827.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/publication/wcms_741827.pdf)
- , 2021. "World Employment and Social Outlook: Trends 2021: Data Finder". Available at <https://www.ilo.org/wesodata/chart/htqUoWHw>
- Kawakami, Tsuyoshi. 2009. Protecting Your Employees and Business from Pandemic Human Influenza: Action Manual for Small and Medium-sized Enterprises. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---asia/---ro-bangkok/documents/publication/wcms\\_101422.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---asia/---ro-bangkok/documents/publication/wcms_101422.pdf)
- United States, CDC. "Image Library". Available at <https://www.cdc.gov/media/subtopic/images.htm>
- , "Implementing Safety Practices for Critical Infrastructure Workers Who May Have Had Exposure to a Person with Suspected or Confirmed COVID-19" Interim Guidance". Available at [https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/critical-workers-implementing-safety-practices.pdf?fbclid=IwAR1jbLSw6zePB\\_4w06WAnbA0r\\_0ajX3XG3EVGNm-YmpW9glw4-mqxvKgPpE](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/critical-workers-implementing-safety-practices.pdf?fbclid=IwAR1jbLSw6zePB_4w06WAnbA0r_0ajX3XG3EVGNm-YmpW9glw4-mqxvKgPpE)
- , "Symptoms of Coronavirus" Available at <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>
- WHO. 2020. "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Situation Report –95". 24 April. Available at <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331905>
- , 2020. "Getting your Workplace Ready for COVID-19". 3 March. Available at <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/getting-workplace-ready-for-covid-19.pdf>
- , 2020. "Modes of Transmission of Virus Causing COVID19-: Implications for IPC Precaution Recommendations: Scientific Brief". 29 March. Available at <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>
- تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة الصحة العالمية بجنيف بعنوان "طرق انتقال الفيروس المسبب لمرض كوفيد-19: الآثار المترتبة على التوصيات بشأن التدابير الاحتياطية للوقاية من العدوى ومكافحتها". متاحة على الرابط <https://www.who.int/ar/news-room/commentaries/detail/modes-of-transmission-of-virus-causing-covid-19-implications-for-ipc-precaution-recommendations>
- , 2020. "Rational Use of Personal Protective Equipment (PPE) for Coronavirus Disease (COVID19-): Interim Guidance". 19 March. Available at [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331498/WHO-2019-nCoV-IPCPPE\\_use-2020,2-eng.pdf](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331498/WHO-2019-nCoV-IPCPPE_use-2020,2-eng.pdf)

## روابط مفيدة

### منظمة العمل الدولية

COVID-19 and the world of work. Available at <https://www.ilo.org/global/topics/coronavirus/lang--en/index.htm>  
الموقع متوفر باللغة العربية بعنوان "كوفيد-19 وعالم العمل". متاح على الرابط  
<https://www.ilo.org/global/topics/coronavirus/lang--ar/index.htm>

A safe and healthy return to work during the COVID-19 pandemic, Policy brief. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms\\_745549.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms_745549.pdf).  
تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة العمل الدولية بعنوان "عودة أمنة وصحية إلى العمل في ظلّ  
جائحة فيروس كوفيد-19. موجز سياساتي". متاحة على الرابط  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms\\_749355.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms_749355.pdf)

Safe Return to Work: Ten Action Points. Available at [https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms\\_745541.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_745541.pdf)  
تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة العمل الدولية بعنوان "10 نقاط من أجل عودة أمنة وصحية إلى  
العمل. موجز السياسات". متاحة على الرابط  
[https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS\\_749087/lang--ar/index.htm](https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_749087/lang--ar/index.htm)

### منظمة الصحة العالمية

Information about where COVID-19 is spreading. Available at  
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

Advice and guidance on COVID-19. Available at <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>  
الموقع متوفر باللغة العربية بعنوان "نصائح وإرشادات بشأن كوفيد-19". متاح على الرابط  
[https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQiA-aGCBhCwARIsAHD15x8MZMhHLS9uP8Rz2Hv1kswR0tze8ujjQ5VBDqOs9xAjoc29aOKSGgcaAvCLEALw\\_wcB](https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQiA-aGCBhCwARIsAHD15x8MZMhHLS9uP8Rz2Hv1kswR0tze8ujjQ5VBDqOs9xAjoc29aOKSGgcaAvCLEALw_wcB)

### الاتحاد الأوروبي

European Agency for Safety and Health at Work. Available at <https://osha.europa.eu/en/themes/covid-19-resources-workplace>

European Centre for Disease Prevention and Control. Available at <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19-pandemic>

### الولايات المتحدة

Centers for Disease Control and Prevention (information also available in Spanish and other languages).  
Available at <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>



بتمويل من  
الاتحاد الأوروبي

عنوان الجهة التي أصدرت الوثيقة:

Governance Department

International Labour Office

Route des Morillons 4

CH-1211 Geneva 22

Switzerland

Tel: +41 22 799 67 15

labadmin-osh@ilo.org

[www.ilo.org/labadmin-osh](http://www.ilo.org/labadmin-osh)