

# دليل عملي للوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في قطاع الزراعة





# ◀ دليل عملي للوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في قطاع الزراعة

نيسان/أبريل 2020  
الإصدار 1.0

+ SAFETY  
HEALTH  
FOR ALL



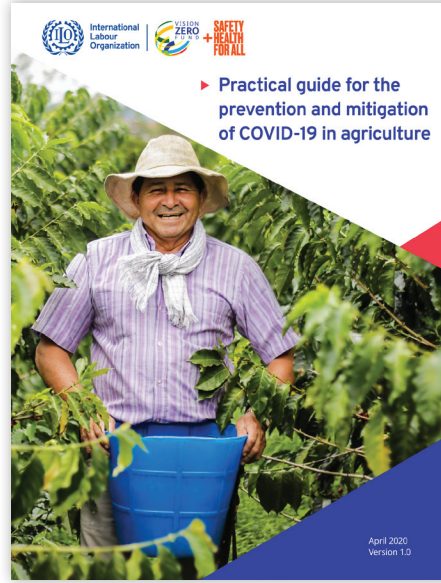
منظمة  
العمل  
الدولية



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:

*Practical guide for the prevention and mitigation of COVID-19 in agriculture*

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 المُعبّر 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

يعتبر قطاع الزراعة أحد أهم القطاعات الاقتصادية، وهو ثاني أكبر مصدر للعمل على المستوى العالمي، كما أن أكثر من ثلث قوة العمل تُستخدم في هذا القطاع عالمياً؛ ويُعدّ توريد الغذاء نشاطاً حيوياً وأساسياً يجب ضمانه، لا سيما في حالات الطوارئ الصحية. لم تستثن جائحة كوفيد-19 قطاع الزراعة من أثارها الصحية والاقتصادية والاجتماعية والتنموية وآثارها على العمل، مع الأخذ بالاعتبار خصائص العمل في هذا القطاع.

ونظراً لأهمية الدليل العملي الصادر عن منظمة العمل الدولية في الربع الثاني من عام 2020 بشأن "الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في قطاع الزراعة"؛ فقد رأينا أن نضع بين أيدي قرائنا الأعزاء هذا الدليل على أن يكون مرجعاً مفيداً في هذا المجال.

يكمّن الغرض من هذا الدليل في توفير إرشادات عملية للوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في قطاع الزراعة، مع الأخذ في الاعتبار أي معايير أو لوائح أو توجيهات وطنية في كل بلد. ويمكن اعتبار هذا الدليل كأداة للاستخدام في المشاريع الزراعية، حيث يساعد في تحديد وتنفيذ التدابير الوقائية في أماكن العمل لتجنب العدوى بكوفيد-19، وتطبيق الإجراءات الأساسية لتخفيف انتشار الفيروس، وتعزيز الحوار الاجتماعي والتعاون في أماكن العمل.

يستهدف هذا الدليل المُبسّط أصحاب العمل أو ممثليهم المسؤولين عن المشاريع الزراعية؛ والعاملين الزراعيين، وأي نوع من المشاريع الزراعية. يتضمن الدليل مدخلاً؛ ومواضيع مهمة تتعلق بالسياسات والتخطيط والتنظيم، وتقييم الخطر وإدارته والإبلاغ عنه؛ وسبعة مجموعات من تدابير الوقاية وتخفيف الانتشار (وهي التحكم في الوصول، القواعد الصحية الشخصية، إجراءات تنظيف المرافق وتطهيرها، إجراءات تنظيف السطوح التي يُحتمل أن تكون ملوثة، العاملون العرضة للتأثر أو شديدي التأثر، وسائل النقل ونقل العمال الزراعيين، إدارة الكُزب (الإجهاد))؛ وأحكام للحالات المُشتبهة أو المُؤكّدة لكوفيد-19؛ ومراجع مهمة باللغتين الإنجليزية والعربية في سياق موضوع الدليل، ومساعدات بصرية لأماكن العمل.

ومن المفيد في هذا الصدد الإشارة إلى أن المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية أصدر العديد من الأعمال في مجال المخاطر التي يتعرض لها العاملون في قطاع الزراعة؛ ويُعدّ هذا الدليل الإصدار الخامس للمعهد في مجال كوفيد-19، حيث أصدر في عامي 2020 و2021 الترجمة العربية للمنشورات التالية الصادرة عن منظمة العمل الدولية:

[«إدارة الأخطار النفسية الاجتماعية المرتبطة بالعمل أثناء جائحة كوفيد-19»](#)

[«العمل من المنزل: من الخفاء إلى العمل اللائق - ملخص تنفيذي»](#)

[«الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في العمل للمنشآت الصغيرة والمتوسطة - قائمة التحقق من الإجراءات والمتابعة»](#)

[«العمل عن بُعد خلال جائحة كوفيد-19 وما بعدها»](#)

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

## شكر وتقدير

تمت صياغة هذا الدليل وتنسيقه من قِبَل Rodolfo Arias، وهو متعاون خارجي مع منظمة العمل الدولية، وRodrigo Mogrovejo، من صندوق (VZF) (Vision Zero Fund) في منظمة العمل الدولية. كما تمت مراجعته من قِبَل Georgina Vázquez de los Reyes و Helmut Schwarzer، من المكتب القطري لمنظمة العمل الدولية في المكسيك وكوبا؛ وAna Catalina Ramírez، من فرع إدارة العمل وتفتيش العمل والسلامة والصحة المهنية (LABADMIN/OSH) في منظمة العمل الدولية؛ وElisenda Estruch-Puertas وWaltteri Katajamaki، من إدارة السياسات القطاعية (SECTOR) في منظمة العمل الدولية؛ وEfraín Quicaña، من المكتب الإقليمي لمنظمة العمل الدولية لأمريكا اللاتينية والكاريبي؛ وSchneider Guataquí، من VISION ZERO FUND (VZF) في منظمة العمل الدولية؛ وValentina Forastieri، مسؤولة سابقة في منظمة العمل الدولية. أما Mónica Sayrols فكانت مسؤولة عن التنسيق التحريري. كما نود أن نشكر الاتحاد الأوروبي على دعمه.

## المحتويات ◀

v	تقديم المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية
05	مَدخل
06	1. الغرض
06	2. مَن المُستهدف مِن هذا الدليل؟
06	3. ما هو نطاق الدليل ومبادئه؟
07	4. كيف ينتشر كوفيد-19؟
07	5. السياسات والتخطيط والتنظيم
08	6. تقييم الخطر وإدارته والإبلاغ عنه
10	7. تدابير الوقاية والتخفيف
10	التحكم في الوصول
12	القواعد الصحية الشخصية
14	إجراءات تنظيف المرافق وتطهيرها
15	إجراءات تنظيف السطوح التي يُحتمل أن تكون ملوثة
16	العاملون العرضة للتأثر أو شديدي التأثر
17	وسائل النقل ونقل العمال الزراعيين
18	إدارة الكَرْب (الإجهاد)
19	8. أحكام للحالات المُشتبهة أو المؤكّدة لكوفيد-19
20	المراجع
22	مُساعدات بصرية لأماكن العمل





يتخذ المجتمع الدولي - بقيادة منظمة الصحة العالمية، بالاشتراك مع منظمة العمل الدولية، ووكالات الأمم المتحدة، والحكومات وسلطات الصحة العمومية في جميع أنحاء العالم - خطوات للحد من جائحة كوفيد-19 بهدف خفض معدلات الإصابة بالعدوى، وكذلك معالجة التأثيرات الاقتصادية والاجتماعية الناتجة.

وفي العديد من البلدان، توجد في القطاعات الأكثر تضرراً نسبة عالية من العاملين في العمالة غير المنظمة والعاملين الذين لديهم إمكانية محدودة للحصول على الخدمات الصحية والحماية الاجتماعية. وبدون اتخاذ تدابير مناسبة، يتعرض العمال لخطر الإصابة بالعدوى، والوقوع في الفقر، ومواجهة صعوبات خطيرة في استعادة سبل عيشهم خلال فترة التعافي. وتتبنى الحكومات الوطنية سلسلة من السياسات والآليات التي أدت إلى تغييرات واسعة النطاق في كل من الحياة اليومية والنشاط الإنتاجي.

ويُعدّ توريد الغذاء نشاطاً حيوياً وأساسياً يجب ضمانه، لا سيما في حالات الطوارئ الصحية، حيث يوفر للجمهور خدمة أساسية مع توفير راحة البال وضمان الوصول إلى مصادر آمنة وكافية للمواد الغذائية الأساسية.

وعلى الرغم من أن العديد من المنتجين يضعون ويُنفذون خطأً للاستمرارية في الإنتاج، فإنه ينبغي لهم جميعاً، دون استثناء، أن يركزوا في إجراءاتهم على الوقاية وحماية جميع العمال. وتساهم منظمة العمل الدولية في هذه المهمة الهامة من خلال تسهيل مقترحات الوقاية الفعالة والمُتسّمة بالكفاءة.

## 1. الغرض

يكمن الغرض من هذا الدليل في توفير إرشادات عملية للوقاية من مرض فيروس الكورونا (كوفيد-19) وتخفيف انتشاره في قطاع الزراعة. وينبغي أن تؤخذ هذه التوصيات في الاعتبار جنباً إلى جنب مع أي معايير أو لوائح أو توجيهات صادرة عن كل بلد، مع الأخذ في الاعتبار تغطيتها للحماية الاجتماعية فيما يتعلق بالسلامة والصحة المهنية.

يمكن اعتبار هذا الدليل كأداة للاستخدام في المشاريع الزراعية، حيث يساعد في:

- ◀ تحديد وتنفيذ التدابير الوقائية في أماكن العمل لتجنب العدوى بكوفيد-19.
- ◀ تطبيق الإجراءات الأساسية لتخفيف انتشار الفيروس.
- ◀ تعزيز الحوار الاجتماعي والتعاون في أماكن العمل.

## 2. مَنْ الْمُسْتَهْدَف مِنْ هَذَا الدليل؟

- ◀ أصحاب العمل أو ممثلوهم المسؤولون عن المشاريع الزراعية (الأشخاص المسؤولون عن ضمان سلامة العمال وصحتهم).
- ◀ العاملون الزراعيون (النساء، الرجال، العمال الدائمون والمؤقتون، العمال المياومون، العمال المهاجرون).
- ◀ أي نوع من المشاريع الزراعية: الكبيرة أو المتوسطة أو الصغيرة؛ التعاونيات؛ الأعمال التي تديرها عائلة.

## 3. ما هو نطاق الدليل ومبادئه؟

يتضمن هذا الدليل تدابير وقائية لتجنب التعرض لكوفيد-19 وتخفيف انتشاره من خلال تنفيذ التوصيات التي يسهل تطبيقها في أماكن العمل. ونظراً لخصائص الفيروس، تُطبّق التوصيات أيضاً بشكل عام على سكن العمال ووسائل نقلهم إلى مكان العمل.

وسيكون أصحاب العمل مسؤولين عن ضمان اعتماد التدابير المُقتزحة لتقليل الأخطار في مكان العمل إلى الحد الأدنى، وكذلك عن توفير الموارد والمُدخلات دون أي تكلفة على عمالهم. ويقع على عاتق العمال مسؤولية التعاون في تنفيذ التوصيات، ومراعاة تدابير السلامة وضمان سلامة الأشخاص الآخرين ضمن حدود معقولة (بما في ذلك منع التعرض للأخطار المتعلقة بالسلامة والصحة)، واستخدام أجهزة السلامة ومعدات الوقاية الشخصية بالطريقة المناسبة. يُطبَّق هذا الدليل على جميع العمال، مهما كان وضعهم التعاقد، ويعكس مبادئ المساواة وعدم التمييز.

بالإضافة إلى ذلك، تم إرفاق مجموعة من الرسومات مع الرسائل الإرشادية، لتعزيز التوصيات التي تستهدف العمال.

## 4. كيف ينتشر كوفيد-19؟

يمكن لأي شخص أن يُصاب بكوفيد-19 من خلال مخالطة شخص آخر مُصاب بالعدوى بالفيروس. ويمكن أن ينتشر المرض بين الأشخاص من خلال القطيرات المُنبعثَة من الأنف أو الفم عندما يسعل الشخص المُصاب بالعدوى أو يقوم بالزفير. وتسقط القطيرات على الأشياء والسطوح القريبة، لذلك إذا لمس الأشخاص الآخرون هذه الأشياء أو السطوح ثم لمسوا أعينهم أو أنوفهم أو أفواههم، فإنه يمكن أيضاً أن يُصابوا بكوفيد-19. كما يمكن أن يُصاب الأشخاص بالعدوى إذا استنشقوا القطيرات المتناثرة عندما يسعل الشخص المُصاب بكوفيد-19 أو يقوم بالزفير. لذلك فمن الضروري الحفاظ على بُعد مقداره متر واحد إلى مترين من الشخص الذي ظهرت عليه الأعراض (وفقاً للتشريعات الوطنية المُطبَّقة).

## 5. السياسات والتخطيط والتنظيم

- ◀ تعيين مجموعة عمل، وفقاً لحجم المشروع الزراعي، حيث تشمل المدير وأو المشرف، وممثلي العمال (لجنة السلامة والصحة) ومسؤول السلامة والصحة في مكان العمل.
- ◀ توفير المعلومات والتدريب للمجموعة بشأن الخطوات التي يتعين اتخاذها لتنفيذ تدابير الوقاية والتخفيف.
- ◀ وضع خطة عمل تتماشى مع النتائج من مخطط الجهات الفاعلة والأنشطة (الموضَّحة أدناه).
- ◀ لتنفيذ خطة العمل، وتعزيز التعاون في مكان العمل.
- ◀ التشاور مع العمال وأخذ مقترحاتهم في الاعتبار.



- ◀ إذا لزم الأمر، التوصل إلى توافق في الآراء بشأن طريقة تطبيق التدابير، والبحث عن آراء - اعتماداً على حجم المشروع الزراعي - لمدير المشروع ولجنة السلامة والصحة (إن وُجدت) والعاملين والشخص المسؤول عن برامج السلامة والصحة المهنيين.

### مخطط الجهات الفاعلة والأنشطة

الأولوية	مع مَنْ ينسقون؟	متى يتم تنفيذها؟	مَنْ ينفذها؟	تدابير الوقاية والتخفيف لأخذها في الاعتبار	مكان العمل أو الموقع

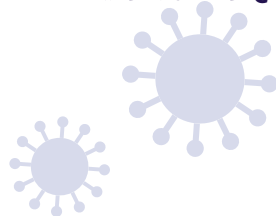
### الخطوات التي يتعين اتباعها:

- ◀ إكمال مخطط الجهات الفاعلة والأنشطة وإجراء حوار مع مجموعة العمل حول التوصيات التي يتعين تقديمها إلى صاحب العمل أو المدير. لقد أظهرت التجربة أن هذه الخطوة ضرورية لتعزيز التغيير الإيجابي.
- ◀ توفير الموارد المالية الكافية لشراء جميع المُدخّلات اللازمة لتنفيذ التدابير والتوصيات المُقترحة.
- ◀ عرض نتائج المناقشة على صاحب العمل أو المدير بهدف التخطيط لتنفيذ تدابير الوقاية والتخفيف المُتمَق عليها.
- ◀ توثيق جميع المعلومات المتعلقة بالأنشطة التي يتم إنجازها من خلال الاحتفاظ بسجل خاص بجدول مواعيد تنظيف المراحيض والمقاصف وأماكن الترفيه، ومشتريات المُدخّلات (الصابون، الكحول، الكلور، القفازات، الأقنعة، وما إلى ذلك).

## 6. تقييم الخطر وإدارته والإبلاغ عنه

- ◀ إجراء تقييم الخطر من خلال تحليل بيانات العمل المختلفة والأنشطة التي يؤديها العمال، وإنشاء مخطط تسلسلي هرمي للمجالات ذات الأولوية، وأماكن العمل وبيئات العمل، بالإضافة إلى مجالات التفاعل المُحتملة الأخرى مع العمال الآخرين والمُوردين والعملاء والزوار، من بين الآخرين.

- ◀ الفصل بين العاملين وفقاً للحد الأدنى المحدد للمسافة بمقدار متر واحد إلى مترين (وفقاً للتشريعات الوطنية).
- ◀ السماح بتواجد خمسة عمال بحد أقصى في نفس منصة العمل (وفقاً للتشريعات الوطنية)، مع ضمان مسافة صحية.
- ◀ ينبغي ارتداء الأقنعة للأعمال التي يجب أن تكون المسافة فيها بين العمال أقل من متر واحد.
- ◀ إنشاء مجموعات عمل للتقليل إلى أدنى حد من حركة العمال في مناطق العمل ولتسهيل التتبع والمراقبة اللازمين لتحديد أي عدوى.
- ◀ تجنب تناوب العمال على المهام.
- ◀ تحديد ساعات عمل متداخلة لأطقم العمل أو المجموعات في المناطق التي تتطلب فيها الأعمال والعمليات المختلفة أعداداً أكبر من العمال، بالإضافة إلى مناطق، مثل المقاصف والمراحيض وغرف تغيير الملابس، لتجنب الاكتظاظ.
- ◀ ضمان أن الأفراد يجلسون على مسافة تفصل بينهم بمقدار متر واحد إلى مترين أثناء أوقات تناول الوجبات (يمكن وسم الأماكن لجعل المسافة أكثر وضوحاً).
- ◀ عدم التشارك في الطعام أو الأواني.
- ◀ إبلاغ العمال بحقهم في التوقف عن العمل وإبعاد أنفسهم عن وضع في العمل يُشكّل خطراً وشيكاً وخطيراً على الحياة أو الصحة، وفقاً للمبادئ التوجيهية الواردة في التشريع الوطني (الحق في المعرفة)؛ ووضع الإجراءات المناسبة، بما في ذلك إبلاغ المشرف المباشر بالوضع على الفور.
- ◀ إبلاغ العمال، باستخدام لغة بسيطة، بالأخطار الناشئة عن كوفيد-19.
- ◀ عقد جلسات معلومات دورية مع العمال حول حالة الجائحة وتطورها، مع مراعاة التباعد الجسدي (الاجتماعي) (متر واحد إلى مترين)، وفقاً للتشريعات الوطنية. واستخدام وسائل الإعلام المطبوعة التي يمكن للعمال فهمها بسهولة (ملصقات، رسوم معلوماتية، كتيبات، مع اللجوء إلى الرسوم التوضيحية أكثر من النصوص).
- ◀ تدريب المدراء والمُنتجين والعمال وممثليهم فيما يتعلق بالتدابير المُعتمَدة للوقاية من خطر التعرض لكوفيد-19، وفيما يتعلق بالإجراء الذي يتعين اتخاذه في حالة الإصابة بالعدوى. وبالنسبة للعاملين في الوظائف عالية الخطورة، ينبغي أن يشمل التدريب الاستخدام الصحيح لمعدات الوقاية الشخصية وصيانتها والتخلص منها.
- ◀ تطبيق البروتوكول الذي وضعته السلطة الصحية لتسهيل الوصول إلى المرافق الصحية والرعاية الصحية في حالة إصابة مُنتج أو عامل بكوفيد-19.



## 7. تدابير الوقاية والتخفيف

### التحكم في الوصول



تنظيم كيفية دخول العمال إلى مكان العمل ومغادرتهم له (تجنب الازدحام، ووسم المسافات على الأرض وتجنب «حركة المرور في اتجاهين»).

تسهيل غسل اليدين قبل الدخول إلى مكان العمل والخروج منه.

الإعداد لإجراء الفحوصات لكشف أي أعراض بين العمال وأسرهم، إذا دخلت الأسر إلى مكان العمل. وحيثما أمكن، التَّحَقُّق أن درجة حرارة الجسم لا تزيد عن 37.3 م° وضمان عدم وجود أعراض أخرى، مثل السعال الجاف و/أو العطاس و/أو الشعور عموماً بأن الشخص ليس على ما يرام و/أو الصداع و/أو صعوبات في التنفس.

تطهير جميع الأدوات أو المعدات المُستخدمة.

تجنب الزيارات من قِبل العاملين أو الموظفين الخارجيين. وتطبيق نفس تدابير التحكم في الوصول إذا احتاجوا إلى دخول مكان العمل.

بالنسبة للعمال المُعَيَّنِينَ حديثاً (مؤقتين أو موسميين)، تطبيق نفس إجراءات التحكم في الوصول، مع مراعاة مبادئ الاحترام وعدم التمييز.



- ◀ التنسيق مع العمال لتغيير ملابسهم عند دخول أو مغادرة مكان العمل أو مناطق الإنتاج.
- ◀ إجراء الصيانة والتنظيف، وضمان الاستخدام الصحيح لمعدات الوقاية الشخصية.
- ◀ ضمان وجود مرافق مناسبة (غرف تغيير الملابس للرجال والنساء بشكل منفصل) لتغيير ملابس العمل عند الدخول إلى مكان العمل أو الخروج منه.
- ◀ السماح بالتواجد لخمسة عمال كحد أقصى في غرف تغيير الملابس (وفقاً للتشريعات الوطنية)، مع مراعاة المسافة الصحية.
- ◀ إعداد ترتيبات دخول وخروج مُفصّلين لغرف تغيير الملابس لتجنب «حركة المرور في اتجاهين».



## القواعد الصحية الشخصية



الإصرار على غسل اليدين بشكل صحيح ومستمر بالماء والصابون (لمدة 20 ثانية على الأقل)، مدعوماً باستخدام هلام (جل) مطهر أو محاليل كحولية بتركيز مقداره 70 بالمئة. وغسل اليدين مرة أخرى بعد السعال أو العطاس أو تمخّط الأنف، وقبل وبعد الأكل أو الذهاب إلى المراض، لتجنب انتقال الفيروس أو التماس معه.

إذا لم تتوفر المحاليل الكحولية بتركيز مقداره 70 بالمئة، إضافة 30 ملعقة كبيرة من الماء إلى لتر واحد من الإيثانول الصناعي بتركيز مقداره 96 بالمئة (الكحول الإيثيلي).

الاستمرار في غسل اليدين بالماء والصابون في حالة عدم توفر مُنتج آخر.

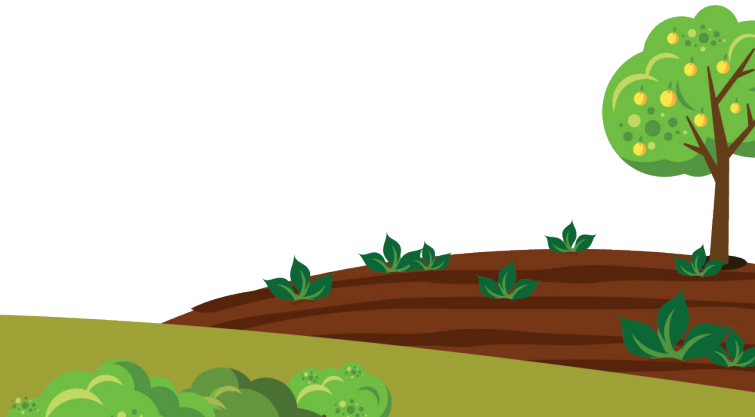
الاعتناء بالأظافر والإبقاء عليها قصيرة؛ وعدم ارتداء الخواتم أو ساعات اليد أو الأساور أو أي أشياء أخرى يمكن أن تحُول دون غسل اليدين بشكل مناسب.

ضمان توفر المناديل للعمال لاستخدامها إذا كانوا يعانون من سيلان في الأنف.

التخلص من المناديل في أكياس بلاستيكية داخل حاويات ذات أغطية، وإغلاق الأكياس بعقدة قبل رميها بعيداً.

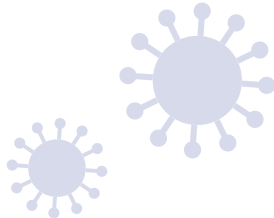
وضع مُستوزعات هلام (جل) المطهر أو المحاليل الكحولية بتركيز مقداره 70 بالمئة في نقاط استراتيجية، مع إعطاء الأولوية للمناطق التي يجب الحفاظ على سلامة المُنتج فيها، ومناطق خدمة العملاء والخدمة الخارجية، والمناطق التي تحتوي على أعداد كبيرة من العمال.

تشجيع جميع العاملين على الاستحمام بالـدُوش يومياً.





- ◀ اعتبار استخدام الأقنعة والقفازات التي تُستعمل لمرة واحدة أمراً إلزامياً، وفقاً لطبيعة المهام التي يتعين القيام بها - على سبيل المثال، العمال الذين يتعاملون مع الطعام والمشروبات، والعمال المنخرطون في مهام التنظيف العامة، وسائقو المَزَكَّبات والحراس الأمنيون (اتباع التوصيات الصادرة عن السلطات الوطنية).
- ◀ نَقِّع القفازات والأقنعة في محلول الكلور بعد الاستخدام، والتخلص منها بأمان.
- ◀ وضع المُساعدات البصرية التثقيفية (الرسوم المعلوماتية) في المناطق العامة، وبيوت الشباب ومراكز رعاية الأطفال.
- ◀ إبلاغ الوالدين أنه لا ينبغي لهم إحضار الأطفال إلى مركز رعاية الأطفال إذا ظهرت عليهم أي من الأعراض التالية: الحمى (درجة حرارة مقدارها 37.3 م° أو أكثر)، وأو السعال، وأو العطاس، وأو سيلان الأنف، وأو التعب، وأو الألم العضلي، وأو الصداع، وأو صعوبات في التنفس. تنطبق هذه التوصية أيضاً على العاملين في مركز رعاية الأطفال.
- ◀ ينبغي إعطاء هُلام (جِل) المُطَهِّر لأي طفل أو بالغ يدخل إلى مركز رعاية الأطفال (باستثناء النساء المُرضعات).
- ◀ قياس درجة حرارة جميع الأطفال.
- ◀ السؤال عن الحالة الصحية للطفل وأفراد الأسرة خلال الـ 24 ساعة الماضية.
- ◀ من بين الخدمات الأخرى، ضمان توفير المياه والمراحيض والخدمات الصحية، والإمداد الكافي بمنتجات التنظيف (الصابون، والكلور الصناعي للاستخدام المنزلي، وهُلام (جِل) المُطَهِّر، والإيثانول)، والمناديل، والقفازات، والأقنعة التي تُستخدم لمرة واحدة، وأكياس القمامة.



## إجراءات تنظيف المرافق وتطهيرها



◀ التقيّد الصارم بالتدابير المتعلقة بالقواعد الصحية في إجراءات تداول الطعام وتطهير الأدوات والآلات والمعدات.

◀ التّشُدُّد بشأن تنظيف المناطق المشتركة (الغرف، مناطق الاستقبال، غرف الاجتماعات، مناطق العمل المغلقة، وُرش العمل، مرافق التخزين، مشاتل الإنتاج، الدفيئات) وكذلك غرف تغيير الملابس للرجال والنساء، ومراكز رعاية الأطفال وبيوت الشباب، علاوة على السياجات من القضبان (الدرازينات)، وقنصات الأبواب، والمفاتيح الكهربائية، والأبواب، والسلالم/الأدراج، واستخدام محاليل الكلور في عمليات التنظيف والتطهير.

◀ إجراء هذه العمليات مرتين في اليوم.

◀ تشجيع مثل هذا التنظيف والتطهير في منازل العمال والمُنتجين وفي مناطق الترفيه.

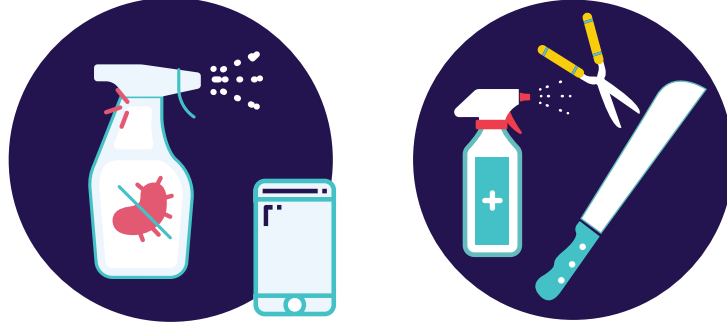
◀ إيقاف العمل في فترات زمنية مُحدّدة لإجراء التطهير بما يتماشى مع مراحل الإنتاج.

◀ فتح الأبواب وأنظمة التهوية الطبيعية للحفاظ على دوران الهواء المستمر في مناطق العمل الداخلية.

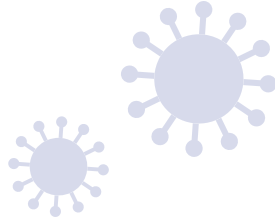
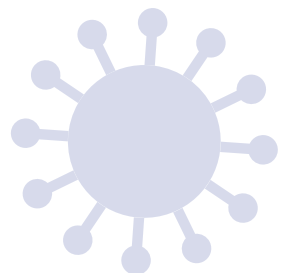
◀ السماح بأكبر قدر ممكن من ضوء الشمس.



## إجراءات تنظيف السطوح التي يُحتمل أن تكون ملوثة



- ◀ تطهير الأدوات اليدوية والمعدات الكهربائية والميكانيكية وغيرها من الأدوات المُستخدَمة بشكل متكرر وكذلك المَزَكَبات بعد كل استخدام عن طريق رش خليط الإيثانول بتركيز مقداره 70 بالمئة أو محاليل الكلور بتركيز مقداره 70 بالمئة.
- ◀ يحتوي الكلور الصناعي على تركيز مقداره 5 بالمئة، حيث يتعين إضافة ثلاث ملاعق كبيرة من الكلور (الملعقة الكبيرة الواحدة تعادل 15 ميلي لتر تقريباً) إلى لتر واحد من الماء.
- ◀ استخدام الإيثانول بتركيز مقداره 70 بالمئة للسطوح التي لا يمكن استخدام الكلور فيها.
- ◀ عدم خلط الكلور مع مُنتج آخر على الإطلاق، وإلا فإنه يفقد فعاليته المثلى. ويفضل تحضير المحاليل قبل استخدامها بدقائق قليلة.
- ◀ إبلاغ جميع العمال أنه عند وصولهم إلى منزلهم أو مكان إقامتهم، ينبغي لهم تغيير الأحذية والملابس التي كانوا يرتدونها ووضعها في كيس لغسلها لاحقاً. وينبغي اللجوء إلى نفس الإجراء حتى عندما لا يُقيمون في المنزل.
- ◀ لا ينبغي هزّ الملابس المُعدّة للغسيل.
- ◀ تطهير الأمتعة الشخصية (المفاتيح، الهاتف المحمول، الحقائب، ساعات اليد، وما إلى ذلك) باستخدام محلول الكلور.



## العاملون المعرضة للتأثر أو شديداً للتأثر



- ◀ إبلاغ الإدارة أو المشرف المباشر إذا كان هناك عمال يعانون من أي نوع من الأعراض. وينبغي إرسال هؤلاء الأشخاص إلى منازلهم وأن يظلوا في المنزل أو في مركز صحي لمدة 14 يوماً على الأقل حتى يتعافوا تماماً.
- ◀ في حالة الشك، قياس درجة حرارة الشخص المعني. فإذا كانت درجة الحرارة أكثر من 37.3 م أو كان الشخص يعاني من صعوبات في التنفس، فإنه يتعين إرساله/إرسالها إلى أقرب مستشفى أو عيادة وإبلاغ السلطات الصحية.
- ◀ إيلاء اهتمام خاص للبالغين الذين تزيد أعمارهم عن 60 عاماً، لأنهم يُعتبرون أكثر الفئات السكانية تأثراً بسبب معاناتهم من الأمراض التنكسية المزمنة. لذلك يوصى باللجوء إلى إجراءات الوقاية المناسبة في المنزل.
- ◀ تطبيق مبادئ المساواة على العوامل الحوامل وعدم التمييز ضدهن بما يضمن أن ظروف عملهن تحمي حياتهن وصحتهن.
- ◀ إذا ظهرت عليهن أعراض من أي نوع، فينبغي لهن التوقف عن العمل وإبلاغ مشرفهن على الفور. وينبغي بعد ذلك إحالتهم إلى المركز الصحي المحلي وانتظار التعليمات اللاحقة.

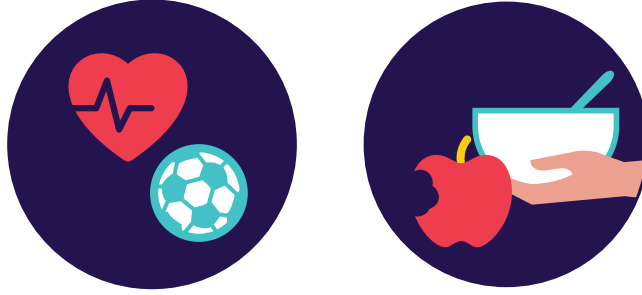


## وسائل النقل ونقل العمال الزراعيين



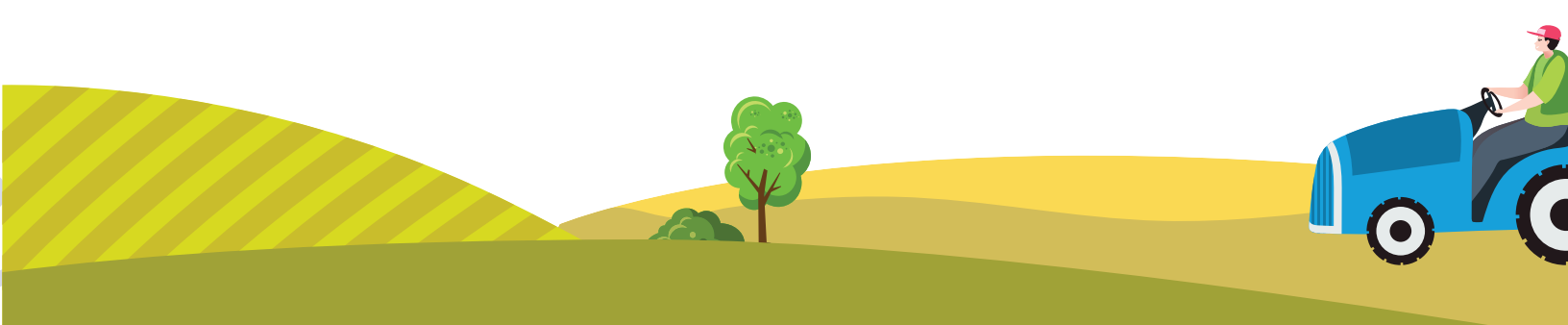
- ◀ ينبغي تنظيف مَزَكَبات نقل العمال يومياً، إذا تم توفيرها من قِبَل المنشأة، كما هو مُوصَّح في إجراءات تنظيف السطوح التي يُحتمل أن تكون ملوثة.
- ◀ التَّقْيُّد بالتباعد الجسدي (الاجتماعي) وعرض معلومات عن التدابير الوقائية التي يتعين اتباعها.
- ◀ الاتفاق والتنسيق مع السائق على استخدام القفازات وغسل اليدين المتكرر أثناء النهار وقبل استخدام القفازات وبعده.
- ◀ وضع مُسْتَوِزَعات هُلام (جِل) المُطَهَّر بالقرب من باب المَزَكَبَة وعند نقطة بداخلها في منتصفها.
- ◀ وضع وسائل مُساعِدة بصرية تثقيفية في نقاط مختلفة في المَزَكَبَة.
- ◀ تركيب حاويات للتخلص من المناديل. ويجب التعامل مع حاويات النفايات هذه من قِبَل المسؤولين عن المَزَكَبَة وتطهيرها بمحلول الكلور قبل استخدامها النهائي.
- ◀ فتح النوافذ لضمان التهوية الكافية داخل المَزَكَبَة، كلما كان ذلك ممكناً.
- ◀ ينبغي نقل الركاب الجالسين فقط، حيث يجلس شخص واحد في كل صف (مقاعد متعاقبة، أي مقعد للجلوس ويترك المقعد المجاور فارغاً). وإذا أمكن، توفير أقنعة لجميع العمال وأي من أفراد الأسرة المُرافقين الذين يَستخدِمون المَزَكَبَة.

## إدارة الكَرْب (الإجهاد)



◀ العمل بالتوصيات التالية في حال اكتشاف مشاعر الضيق أو الحزن أو الارتباك أو القلق بين العاملين والزملاء بسبب خطورة جائحة كوفيد-19:

- ◀ تقديم معلومات عن حالة الخطر في مكان العمل والتَّعَرُّف على مستويات السلامة القائمة.
- ◀ تسهيل خطوات تعزيز الصحة البدنية (التمارين الرياضية وعادات الأكل الصحية).
- ◀ الحفاظ على نمط حياة صحي في العمل وخارجه، قدر الإمكان، مع مراعاة التباعد الجسدي (الاجتماعي) (متر واحد إلى مترين بين الأشخاص، وفقاً للتشريعات الوطنية).
- ◀ اتِّباع نظام غذائي مناسب.
- ◀ الحصول على قسط كافٍ من النوم والراحة.
- ◀ تعزيز الأنشطة الترفيهية مع الأسرة في المنزل.
- ◀ تجنب تعاطي التبغ أو الكحول أو المخدرات.
- ◀ تجنب التعرض المُفرط للأخبار التي تسبب المزيد من القلق.
- ◀ تحديد خدمات الدعم التي تُقدِّمها المنظمات المحلية والسلطات الصحية، وتشجيع العاملين على التشاور معهم بسرية إذا لزم الأمر.



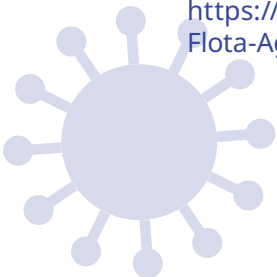
## 8. أحكام للحالات المُشْتَبِهَة أو المُؤكَّدة لكوفيد-19



- ◀ تطبيق الأحكام والتعليمات الصادرة عن السلطات المحلية أو الوطنية فيما يتعلق بالكشف عن الأعراض المُشْتَبِهَة فيها لكوفيد-19 من قِبَل العمال وفيما يتعلق بالبقاء بعيداً عن مكان العمل.
- ◀ ينبغي لأي عامل يعاني من أي من الأعراض التالية: النَّزْلَة (الرُّكَّام) (حتى الحالة الخفيفة)، أو حمى (درجة الحرارة أعلى من 37.3 م°)، أو صداع أو آلام في الجسم، أو صعوبات في التنفس:
  - ◀ إبلاغ المشرف أو الشخص المسؤول بأنه/بأنها غير قادرة على العمل.
  - ◀ المكوث في المنزل لمدة 14 يوماً على الأقل. وبمجرد الوصول إلى المنزل، ينبغي للشخص الذي تظهر عليه الأعراض اتباع البروتوكولات التي وضعتها السلطات الصحية.
  - ◀ توضيح ما إذا كان أي شخص في العائلة المباشرة أو في مكان الإقامة يعاني من نفس الأعراض، وإبلاغ المشرف إذا كان قد تناول/تناولت دواءً، مثل الباراسيتامول أو الأسيتامينوفين أو الأيبوبروفين أو الأسبرين الذي يمكن أن يخفي الأعراض.
- ◀ عزل أي شخص تظهر عليه أعراض كوفيد-19 في مكان العمل (كما هو الحال في الحالات المُؤكَّدة) في انتظار نقله إلى مركز صحي مناسب، إذا كانت حالته/حالتها تستدعي ذلك.
- ◀ تنظيم تطهير مكان العمل ومراقبة صحة العمال الذين كانوا مُخالطين له.
- ◀ إخطار المدير أو المشرف على المشروع الزراعي من خلال تقرير الحادث المرَضِي في حالة ملاحظة أي عامل تظهر عليه أعراض أو العلم بأن العامل أُرسِل إلى المنزل وقد أُبلغ عن الأعراض أو بسبب الأعراض التي ظهرت لدى أحد أفراد الأسرة المُقَرَّبِينَ في نفس مكان الإقامة.

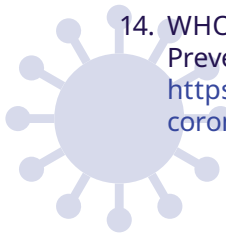
## المراجع ◀

1. ILO. March 2020. "ILO Standards and COVID-19 (Coronavirus)".  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_norm/---normes/documents/publication/wcms\\_739937.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_norm/---normes/documents/publication/wcms_739937.pdf)
2. ILO. April 2020. "Prevention and Mitigation of COVID-19 at Work: Checklist".  
[https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS\\_741813/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_741813/lang--en/index.htm)  
تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة العمل الدولية بجنيف بعنوان «الوقاية من فيروس كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في العمل - قائمة التَّحَقُّق من الإجراءات»، وهي متاحة على الرابط:  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms\\_742609.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_742609.pdf)
3. ILO. 2011. "Safety and Health in Agriculture: Code of Practice".  
[https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS\\_159457/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/global/publications/books/WCMS_159457/lang--en/index.htm)  
تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بعنوان «السلامة والصحة في الزراعة- مدونة الممارسات»، وهي متاحة على الرابط:  
<http://aios.org/PublicFiles/File/sa7a-w-salama.pdf>
4. ILO. April 2020. "An Employer's Guide on Managing your Workplace during COVID-19".  
[https://www.ilo.org/actemp/publications/WCMS\\_740212/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/actemp/publications/WCMS_740212/lang--en/index.htm)  
تتوفر نسخة باللغة العربية مُترجمة من قِبَل منظمة العمل الدولية بجنيف بعنوان «دليل صاحب العمل إلى إدارة مكان العمل خلال جائحة كوفيد-19»، وهي متاحة على الرابط:  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_dialogue/---act\\_emp/documents/publication/wcms\\_741748.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_dialogue/---act_emp/documents/publication/wcms_741748.pdf)
5. ILO. 2007. "Work Improvement in Neighbourhood Development (WIND): Training Programme on Safety, Health and Working Conditions in Agriculture".  
[https://www.ilo.org/safework/info/instr/WCMS\\_178800/lang--en/index.htm](https://www.ilo.org/safework/info/instr/WCMS_178800/lang--en/index.htm)
6. ILO. 2000. "Ergonomic Checkpoints: Practical and Easy-to-Implement Solutions for Improving Safety, Health and Working Conditions".  
[https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed\\_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms\\_178593.pdf](https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/instructionalmaterial/wcms_178593.pdf)
7. World Health Organization (WHO). Pan American Health Organization/World Health Organization/ UNOPS, Version 1.0. 2020. "Medidas de Prevención para Evitar el Contagio y Propagación del Coronavirus en Obras" (Spanish only) [Measures to prevent infection and the spread of COVID-19 on work sites].
8. Government of Navarra, Department of Rural Development and the Environment, Spain. March 2020. "Protocolo de Actuación frente al Coronavirus (COVID-19) para Explotaciones Agrícolas, Ganaderas e Industrias Alimentarias" (Spanish only) [Protocol for action against COVID-19 in agricultural and livestock undertakings and the food industry].  
[https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/protocolo\\_covid19/es\\_def/adjuntos/PROTOCOLO-Flota-Agricultura-Alimentacion\\_DEF.pdf](https://www.euskadi.eus/contenidos/noticia/protocolo_covid19/es_def/adjuntos/PROTOCOLO-Flota-Agricultura-Alimentacion_DEF.pdf)





9. Ministry of Labour and Social Welfare (STPS) and Ministry of Health, Mexico. April 2020. "Guía de Acción para los Centros de Trabajo ante el COVID-19" (Spanish only) [Guide for action against COVID-19 in workplaces].  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/545494/GUI\\_A\\_DE\\_ACCIO\\_N\\_PARA\\_LOS\\_CENTROS\\_DE\\_TRABAJO\\_ANTE\\_EL\\_COVID-19\\_04\\_2020.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/545494/GUI_A_DE_ACCIO_N_PARA_LOS_CENTROS_DE_TRABAJO_ANTE_EL_COVID-19_04_2020.pdf)
10. Ministry of Labour and Social Welfare (STPS) and Ministry of Health, Mexico. April 2020. "Guía de Acción para los Centros de Trabajo Agrícolas ante el COVID-19" (Spanish only) [Guide for action against COVID-19 in agricultural workplaces].  
[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/546755/Guia\\_de\\_accion\\_para\\_Centros\\_de\\_Trabajo\\_Agri\\_colas\\_COVID-19\\_09042020\\_\\_1\\_.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/546755/Guia_de_accion_para_Centros_de_Trabajo_Agri_colas_COVID-19_09042020__1_.pdf)
11. International Association of Fruit and Flower Growers for the Promotion of Social Responsibility (AHIFORES), Mexico. April 2020. "Protocolo para proteger a los trabajadores agrícolas ante COVID-19" (Spanish only) [Protocol for the protection of agricultural workers against COVID-19].  
[https://ahifores.com/wp-content/uploads/2020/04/protocolo\\_seguridad\\_covid.pdf](https://ahifores.com/wp-content/uploads/2020/04/protocolo_seguridad_covid.pdf)
12. National Federation of Coffee Growers (FNC), Colombia. April 2020. "Protocolo COVID-19 para Caficultores" (Spanish only) [COVID-19 protocol for coffee growers].  
[https://federaciondefcafeteros.org/app/uploads/2020/04/PROTOCOLOCOVID19PARACAFICULTORES-01-convertido\\_compressed.pdf](https://federaciondefcafeteros.org/app/uploads/2020/04/PROTOCOLOCOVID19PARACAFICULTORES-01-convertido_compressed.pdf)
13. WHO. March 2020. "Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic".  
<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>  
يتوفر باللغة العربية مُترجماً من قِبَل منظمة الصحة العالمية بجنييف بعنوان «إرشادات خاصة بفيروس كورونا المُستجد»، وهو متاح على الرابط:  
<https://www.who.int/ar/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance>
14. WHO, UNICEF and IFRC. February 2020. "Social Stigma Associated with COVID-19: A Guide to Preventing and Addressing Social Stigma".  
[https://www.unicef.org/media/65931/file/Social%20stigma%20associated%20with%20the%20coronavirus%20disease%202019%20\(COVID-19\).pdf](https://www.unicef.org/media/65931/file/Social%20stigma%20associated%20with%20the%20coronavirus%20disease%202019%20(COVID-19).pdf)



# غسل اليدين بشكل صحيح

## اغسل يديك بعد:



استخدام  
وسائل النقل



لمس الأسطح  
أو الأشياء



السعال أو  
العطاس أو  
تمخيط أنفك



قبل وبعد تناول الطعام أو  
الذهاب إلى المراض



لمس القمامة

تذكر أيضاً استخدام هلام (جل) المطهر أو  
المحاليل الكحولية بتركيز مقداره 70%

إذا لم يتوفر الكحول بتركيز مقداره 70%،  
أضف 30 ملعقة كبيرة من الماء إلى لتر واحد  
من الإيثانول الصناعي بتركيز مقداره 96%



يمكن لغسل اليدين أن يُنقذ الأرواح!



ضع الصابون



بلل يديك  
بالماء



أفرك بين  
الأصابع



أفرك بشدة لمدة  
20 ثانية



أشطف



اغسل تحت  
أظافرك



أغلق الصنبور  
بالمناشفة الورقية



جفف اليدين  
بمناشفة ورقية

# القواعد الصحية الشخصية

## مهم جداً:

**اغسل يديك بالماء والصابون لمدة 20 ثانية**  
بفترات متكررة. استخدم أيضاً هلاماً (جل) مطهراً  
أو المحاليل الكحولية بتركيز مقداره 70 %.



■ إذا لم يكن لديك منديل،  
أسعل أو أعطس في مرفقك.



■ حافظ على أظافرك قصيرة ونظيفة،  
لا تزد الخواتم وساعات اليد  
والأساور.



■ طهّر هاتفك المحمول  
والأغراض الشخصية بانتظام،  
مثل المفاتيح أو ساعة اليد أو  
محفظة النقود.



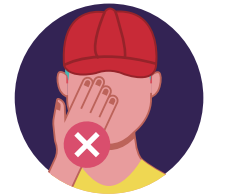
■ لا تحي الآخرين بالمصافحة أو  
التقبيل أو العناق.



■ عند الوصول إلى المنزل، إخلع  
ملابسك وحذائك واستجم  
بالدوش. ضع الملابس في  
كيس للغسيل. لا تهز  
الملابس.



■ لا تلمس وجهك، وخاصة فمك  
وأنفك وعينيك.



■ في حال السعال أو العطاس،  
استخدم المناديل وتخلّص منها  
في حاوية منفصلة (سلة مهملات)،  
واغسل يديك مباشرة بعد ذلك.



الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في  
قطاع الزراعة  
الإبلاغ عن العدوى  
المُحتملة

SAFETY  
HEALTH  
FOR ALL

VISION  
ZERO  
FUND

منظمة  
العمل  
الدولية



## إذا كان لديك أي من الأعراض التالية:



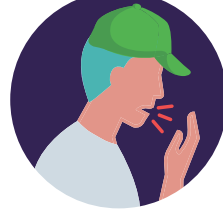
صعوبات في  
التنفس



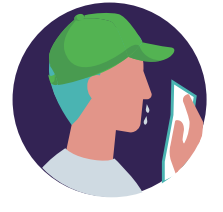
درجة الحرارة أعلى  
من 37.3 م°



آلام  
في الجسم



سعال  
جاف



التَّزُّلَّة (الرُّكَّام)  
(حتى الحالة الخفيفة)

## ينبغي لك:

■ فحص درجة حرارتك مرتين في  
اليوم على الأقل.



■ إبلاغ المشرف أو  
الشخص المسؤول أنك  
غير قادر على العمل.



■ إبلاغ المشرف أو الشخص  
المسؤول عن المشروع الزراعي  
إذا ظهرت أعراض على أي  
شخص في عائلتك أو مكان  
إقامتك أو تناول الأدوية.



■ المكوث في المنزل  
لمدة 14 يوماً على  
الأقل، حتى تتعافى  
تماماً.



■ إذا ظهرت الأعراض على  
العاملات الحوامل، الإبلاغ عن  
ذلك على الفور، والاتصال  
بالمركز الصحي واتِّباع تعليمات  
السلطات.



■ عدم تناول الأدوية من  
تلقاء نفسك.



بالعمل معاً سنتغلب على الأزمة

# تنظيف المرافق وتطهيرها

تَشَدُّدُ بتنظيف وتعقيم المناطق  
المشتركة ومناطق العمل بمحلول الكلور أو  
الصابون والماء.



نُظِّفُ أدوات العمل في  
نهاية اليوم باستخدام  
محلول الكلور. لا تَقْمُ  
بإعارتها لشخص آخر.



دَعِ الأبواب والنوافذ  
مفتوحة لتعزيز دوران  
الهواء.



لا تَمزُجِ الكلور مع مُنْتَجِ آخر  
على الإطلاق، لأن ذلك يُفقد  
فعاليتته المثلى وقد يكون  
ساماً.



أوقِفِ العمل في فترات  
زمنية مُحدَّدة لإجراء  
التنظيف والتطهير.



نُظِّفُ وطَهِّرُ مَرْكَبَاتِ  
نقل العاملين يومياً بعد  
استخدامها



الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في  
قطاع الزراعة  
الحماية في مكان  
العمل

+ SAFETY  
HEALTH  
FOR ALL

VISION  
ZERO  
FUND

منظمة  
العمل  
الدولية



إذا كانت لديك أعراض، أبلغ  
مشرفك أو الشخص المسؤول  
واتبع البروتوكولات التي  
وضعتها السلطات الصحية.



متر واحد إلى مترين

حافظ دائماً على مسافة بين  
العمال مقدارها متر واحد  
إلى مترين.

■ استخدم مُستوزعات هلام  
(جل) المُطهر الموجودة في  
النقاط الاستراتيجية.



■ تجنّب الاجتماعات الجماعية  
والزيارات من قبل العاملين أو  
الموظفين الخارجيين.



■ لا تستخدم بشكل مشترك  
الأدوات أو معدات الوقاية  
الشخصية.



■ قم بتغيير الملابس عند  
الدخول إلى مكان العمل  
ومغادرته.



بالعمل معاً سنتغلب على الأزمة

الوقاية من كوفيد-19 وتخفيف انتشاره في  
قطاع الزراعة  
استخدام القناع  
والقفازات

+ SAFETY  
HEALTH  
FOR ALL

VISION  
ZERO  
FUND

منظمة  
العمل  
الدولية



يوصى باستخدام الأقنعة والقفازات التي  
تُستخدَم لمرة واحدة لـ:

■ العمال الذين يؤدون مهام  
التنظيف العامة.



■ العمال الذين يتعاملون مع  
الطعام والمشروبات.



■ الحراس الأمنيين.



■ سائقي المَزَكَبات.



ارتدِ الأقنعة والقفازات في وسائل  
النقل العامة، عند الإمكان.



ينبغي ارتداء الأقنعة عندما يحتاج  
العمال إلى العمل على مسافة مقدارها  
أقل من متر واحد.



إنقَع القفازات والأقنعة في محلول  
الكلور بعد استخدامها، وتخلَّص  
منها بأمان.



بالعمل معاً سنتغلب على الأزمة

## إدارة الكَرْب (الإجهاد)

■ حافظ على نمط حياة صحي في  
العمل وخارجه:

■ اتَّبِع نظاماً غذائياً مناسباً.



■ أَحْضَلْ على قسط وافر من  
النوم والراحة.



■ قُمْ بإجراء التمارين الرياضية  
أو الأنشطة الترفيهية مع  
أفراد الأسرة أو المُقيمين  
المُشتركين.



■ تَجَنَّب تعاطي التبغ أو  
الكحول أو المخدرات.



■ تَجَنَّب التعرض للأخبار  
المُتسِّمة بالغلو التي تسبب  
المزيد من القلق.



إذا شعرت بالضيق أو الحزن أو  
الارتباك أو القلق بشأن كوفيد-19،  
فإننا نوصيك بما يلي:

■ استشير المشرف عليك أو  
رئيسك المباشر في العمل.



■ تَحَدَّثْ إلى أحد أفراد أسرتك  
أو صديق موثوق به سيستمع  
إلى مخاوفك.



■ ابقَ على اطلاع جيد بشأن حالة  
الخطر في مكان عملك، وتعرَّفْ  
على مستوى الأمان الموجود هناك.









بتمويل مشترك من  
قِبَل الاتحاد الأوروبي.

عنوان الجهة التي أصدرت الدليل:

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)