

safety lately



نشرة السلامة A&A Solutions Facility Elevated



البقاء آمناً في
شهر ديسمبر

في هذه المسألة

البقاء آمناً في شهر ديسمبر

الرفاهية: توتر موسم الأعياد والصحة النفسية

البقاء آمناً في شهر ديسمبر

مع اقتراب نهاية العام، نود أن نشكر كل موظف على عمله الجاد، والتزامه، وتركيزه على السلامة. يجلب شهر ديسمبر تحديات جديدة: طقساً أبرد، مداخل رطبة، حركة مرور أعلى للأقدام، وورديات عمل أكثر ازدحاماً. هذه الظروف قد تزيد من خطر الانزلاق، والحوادث الكيميائية، ومشاكل المعدات.

لهذا الشهر لمساعدة الجميع على البقاء Safety Lately تم إعداد بأمان، والبقاء في حالة يقظة، وإنهاء العام دون إصابات.

- معدات شتوية (قفازات، قبعات، طبقات ملابس) للعمل في الهواء الطلق
- إذا كنت تفتقد أي PPE أو كان تالفًا، أخبر مشرفك لاستبداله.

الانتباه لحالة الأدوات والمعدات

يرجى الانتباه إلى حالة الأدوات والمعدات التي تستخدمها يوميًا.

أبلغ فوراً إذا لاحظت:

- أسلاك تالفة
- كسر في طرف التأريض للمقابس
- شروخ في دلاء المسح
- آلات تطلق شرراً، أو تصدر رائحة غريبة، أو تصدر أصواتاً غير معتادة
- أحواض المسح المستخدمة لتخزين المعدات أو القمامة لا تستخدم أبداً معدات تالفة—قد تسبب صدمات كهربائية، أو حرقاً، أو تعثراً.

إدارة ضغط وإجهاد موسم العطلات

هذا وقت مزدحم من السنة، ومن السهل أن تشعر بالتعب أو التسرع. التعب يزيد من خطر الأخطاء والإصابات.

طرق بسيطة للبقاء آمناً:

- أسلاك تالفة خذ فترات الاستراحة المقررة
 - اشرب الماء خلال نوبتك
 - اطلب المساعدة في المهام الثقيلة أو الصعبة
 - أخبر مشرفك إذا شعرت بالإرهاق أو الضغط الزائد
- سلامتك ورفاهيتك تأتي أولاً.

نصائح للطقس البارد (للعاملين في الهواء الطلق) عملك في الهواء الطلق:

- ارتدِ طبقات دافئة من الملابس
 - غطّ يديك وأذنيك ورأسك
 - خذ فترات راحة للتدفئة عند الحاجة
 - أبلغ عن أي علامات خَدَر أو وخز
- إجهاد البرد قد يحدث بسرعة—احم نفسك.

الانزلاق والسقوط والتعثر في الشتاء

يمكن أن يتسبب الطقس البارد في أرضيات رطبة، ومداخل متجمدة، وبقايا الملح، وتسربات المياه. هذه المخاطر تجعل الانزلاق أكثر شيوعاً.

لحماية نفسك:

- ارتدِ دائماً أحذية غير قابلة للانزلاق
 - امشِ ببطء وبخطوات قصيرة فوق الأسطح المبللة أو المتجمدة
 - ضع لافتات "أرضية مبللة" فوراً عند التنظيف
 - امسح أي انسكابات أو مياه يتم تتبعها من الخارج بمجرد ملاحظتها
 - أبلغ عن أي مناطق زلقة، أو تسربات، أو مداخل متجمدة ليتم إصلاحها بسرعة
- الأفعال الصغيرة تمنع الإصابات الكبيرة.

السلامة الكيميائية ووضع الملصقات السليمة

قد تلاحظ أننا نستخدم العديد من منتجات التنظيف المختلفة يومياً. يجب التعامل مع هذه المواد الكيميائية بأمان.

تذكر:

- استخدم فقط المنتجات المعتمدة من A&A أو منالعمل
 - يجب أن تحتوي كل زجاجة رذاذ على ملصق—بدون أي استثناء
 - لا تخلط المواد الكيميائية على الإطلاق
 - توجد دائماً نشرات بيانات السلامة (SDS) في ملف السلامة الموجود في موقع العمل
 - إذا كان الملصق مفقوداً أو تالفًا، اطلب واحداً جديداً قبل استخدام المنتج
- عندما تكون غير متأكد، اسأل دائماً. استخدام المواد الكيميائية بأمان يحمي الجميع.

خط الدفاع الأول: (PPE) الشخصية

تساعدك معدات الوقاية الشخصية (PPE) على البقاء آمناً أثناء أداء عملك.

بناءً على المهمة، قد تحتاج إلى:

- قفازات أمان A1 أو A4
- قفازات مقاومة للقطع للعمل مع القمامة، الكرتون، إعادة التدوير، وعربات الرفع اليدوية
- نظارات أمان عند وجود خطر رش السوائل أو الحطام
- أحذية غير قابلة للانزلاق

شكر وتقدير نهاية العام

شكرًا لكل موظف يأتي كل يوم مستعدًا للعمل بأمان. أنتم السبب في بقاء فرقنا قوية، وانخفاض الإصابات، واستمرار نمو شركتنا.

انتباهكم للتفاصيل—وضع لافتات الأرضية المبللة، ارتداء PPE، الإبلاغ عن المخاطر، والاهتمام بمزملاتكم—يحدث فرقًا حقيقيًا. نحن نقدر كل ما تقومون به.

نتمنى لكم ولأحبائكم موسم عطلات آمنًا، صحيًا، وهادئًا.

دعونا نُنهي عام 2025 بأمان ونبدأ السنة الجديدة بقوة أكبر.

(NEAR MISSES) والحوادث القريبة

إذا أصبت أثناء العمل—حتى لو كانت الإصابة بسيطة—أبلغ مشرفك فورًا. يساعد الإبلاغ المبكر في الحصول على الرعاية المناسبة ويمنع تفاقم الإصابة. كما يجب عليك إبلاغ المشرف إذا لاحظت حادثًا قريبًا—شيئًا كان يمكن أن يؤدي إلى الحادث. هذا يساعد في منع الإصابات المستقبلية ويحافظ على سلامة الجميع.

تذكر:

- في eHub لا يُعتبر تقرير حادث رسمي
- سيساعدك المشرف في تعبئة النموذج الصحيح على موقع AAEFS
- لن تتعرض أبدًا للمشاكل بمجرد الإبلاغ عن إصابة أو خطر.

الإنقاذ الجيد (الحوادث القريبة) يصنع فرقًا

تشمل "الإنقاذات الجيدة" اللحظات التي يكتشف فيها شخص ما خطرًا قبل أن يتحول إلى إصابة.

أمثلة:

- الإبلاغ عن سلكتالف
 - ملاحظة زجاجة مواد كيميائية بلا ملصق
 - تنظيف منطقة زلقة قبل أن يسقط أحد
 - الإبلاغ عن معداة مكسورة
- هذه الإجراءات تمنع الإصابات وتحافظ على سلامة الجميع. إذا كان لديك "إنقاذ جيد"، شاركه!



الرفاهية: توتر موسم الأعياد والصحة النفسية

يمكن أن يكون موسم الأعياد مليئًا بالفرح، لكنه قد يجلب أيضًا المزيد من التوتر في العمل وفي المنزل. فزيادة ضغط العمل، وبرودة الطقس، وكثرة الالتزامات العائلية يمكن أن تجعل أي شخص يشعر بالتعب أو الإرهاق.

الاهتمام بصحتك النفسية مهم تمامًا مثل الحفاظ على سلامتك الجسدية. فعندما نكون متوترين أو مشتتين، تصبح الأخطاء، والتسرع، والإصابات أكثر احتمالاً. بعض العادات الصغيرة يمكن أن تحدث فرقًا كبيرًا.

طرق بسيطة لتخفيف التوتر خلال هذا الشهر:

- خذ دقيقة واحدة للراحة: تنفّس ببطء، مدّ كتفيك، واستعد تركيزك.
- اشرب ما يكفي من الماء: الطقس البارد يجعل الكثيرين ينسون شرب الماء، لكن الجسم ما زال يحتاجه.
- تناول الطعام بانتظام: تخطي الوجبات يؤدي إلى انخفاض الطاقة وضعف التركيز.
- استفد من استراحة عملك بالكامل: امنح عقلك فرصة للابتعاد قليلاً عن ضغط العمل.
- تحدث مع شخص ما: إذا شعرت بالإرهاق، تحدّث مع مشرفك أو أحد زملائك. لست وحدك.
- تجنب الاستعجال: شهر ديسمبر مزدحم، لكن العمل ببطء وهدوء هو الأكثر أمانًا.

لماذا هذا مهم؟

التوتر يؤثر على تركيزك، وسرعة استجابتك، وقدرتك على اتخاذ القرارات. الحفاظ على هدوء ذهنك يساعدك على تجنب الحوادث والعودة إلى منزلك بأمان بعد انتهاء عملك. اعتنِ بنفسك خلال هذا الموسم، ولنواصل دعم بعضنا البعض خلال هذا الشهر المزدحم.

لأي شخص في فريقنا الإبلاغ عن Safe2Say يتيح برنامج مخاطر السلامة أو سوء السلوك أو المخاوف بشكل مجهول. بدون إصدار أحكام. بدون أي إجراءات انتقامية.

اتواصل معنا



هل لديكم أسئلة أو ترغبون في تقديم تقرير؟
اتصل على الرقم 914.998.2345
أو امسح رمز الاستجابة السريعة
ضوئيًا.

شاهد شيئًا؟ أبلغ عنه. حافظ على سلامتك.

