

safety lately



نشرة السلامة Solutions Facility Elevated A&A



البقاءآمناً في
شهر ديسمبر

في هذه المسألة

◀ البقاءآمناً في شهر ديسمبر

◀ الرفاهية: توتر موسم الأعياد والصحة
النفسية

البقاءآمناً في شهر ديسمبر

مع اقتراب نهاية العام، نود أن نشكر كل موظف على عمله الجاد، والتزامه، وتركيزه على السلامة. يجلب شهر ديسمبر تحديات جديدة: طقسًا أبرد، مداخل رطبة، حركة مرور أعلى للأقدام، ووردية عمل أكثر ازدحامًا. 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 تالفاً، أخبر مشرفك لاستبداله.

الانتباه لحالة الأدوات والمعدات
يرجى الانتباه إلى حالة الأدوات والمعدات التي تستخدمنها يوميًّا.

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 القمامات لا تستخدم أبداً معدات تالفة—قد تسبب صدمات كهربائية، أو حروقاً، 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 آمنًّا:

- 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)
ملك في الهواء الطلق:

- ارتدي طبقات دافئة من الملابس
- غطّي يديك وأذنيك ورأسك
- خذ فترات راحة للتتدفئة عند الحاجة
- أبلغ عن أي علامات خدر أو وخز
- إجهاد البرد قد يحدث بسرعة—احم نفسك.

الانزلاق والسقوط والتعثر في الشتاء

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

لحماية نفسك:

- ارتدي دائمًا أحذية غير قابلة للانزلاق
- امش ببطء وبخطوات قصيرة فوق الأسطح المبللة أو المتجمدة
- ضع لفقات "أرضية مبللة" فوراً عند التنظيف
- امسح أي انسكابات أو مياه يتمتبّعها 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 المنتجات التنظيف المختلفة يومياً. يجب التعامل مع هذه المواد الكيميائية بأمان.

تذكر:

- استخدم فقط المنتجات المعتمدة من A&A أو من العميل
 - يجب أن تحتوي كل زجاجة رذاذ على ملصق—بدون أي استثناء
 - لا تخلط المواد الكيميائية على الإطلاق
 - توجد دائمًا نشرات بيانات السلامة (SDS) في ملف السلامة الموجود في موقع العميل
 - إذا كان الملصق مفقوداً أو تالفاً، اطلبوا واحداً جديداً قبل استخدام المنتج
- عندما تكون غير متأكد، أسأل دائمًا. 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 القمامات، الكرتون، إعادة التدوير، وعربات الرفع اليدوية
- نظارات أمان عند وجود خطر رش السوائل أو الحطام
- أحذية غير قابلة للانزلاق

شكر وتقدير نهاية العام

شكراً لكل موظف يأتي كل يوم مستعداً للعمل بأمان. أتمن السببي بقاء فرقنا قوية، وانخفاض الإصابات، واستمرار نمو شركتنا.

انتباهاكم للتتفاصيل—وضع لافتات الأرضية المبللة، ارتداء PPE، الإبلاغ عن المخاطر، والاهتمام بـ ملائكم—يحدث فرقاً حقيقياً.

نحن نقدر كل ماتقومون به.

نتمنى لكم ولأحبائكم موسم عطلات آمناً، صحيًا، وهادئًا.

دعونا نُهي عام 2025 بأمان ونبدأ السنة الجديدة بقوة أكبر.

والحوادث القريبة (NEAR MISSES)

إذا أصبحت أثناء العمل—حتى لو كانت الإصابة بسيطة—أبلغ مشرفك فوراً. يساعد الإبلاغ المبكر في الحصول على الرعاية المناسبة وينعطف تفاقماً في الإصابة. كما يجب عليك إبلاغ المشرف إذا لاحظت حادثًا قريباً—شيئاً كان يمكن أن يؤدي إلى الحادث. هذا يساعد في منع الإصابات المستقبلية ويحافظ على سلامة الجميع.

تذكرة:

- في eHub لا يعتبر تقرير حادث رسمياً
 - سيساعدك المشرف في تعيين النموذج الصحيح على موقع AAEFS
- لن تتعرض أبداً للمشاكل مجرد الإبلاغ عن إصابة أو خطر.

الإنقاذ الجيد (الحوادث القريبة) يصنع فرقاً

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

أمثلة:

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



طرق بسيطة لتخفييف التوتر خلال هذا الشهر:

- خذ دقيقة واحدة للراحة: تنفس 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، تحدث مع مشرفك أو أحد زملائك. لست وحيدك.
- تجنب الاستعجال: شهر ديسمبر مزدحم، لكن العمل ببطء وهدوء هو الأكثرأماناً.

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. اعن بنفسك خلال هذا الموسم، ولنواصل دعم بعضنا البعض خلال هذا الشهر المزدحم.

الرفاهية: توتر موسم الأعياد والصحة النفسية

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

الاهتمام بصحتك النفسية مهم تماماً مثل الحفاظ على سلامتك الجسدية. فعندما نكون متورطين أو مشتتين، تصيب الأخطاء، والتسرّع، والإصابات أكثر احتمالاً. بعض العادات الصغيرة يمكن أن تحدث فرقاً كبيراً.

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.
ضمنا.



شاهد شيئاً؟ أبلغ عنه. حافظ على سلامتك.