

كل يوم بأمان

NOKIA

دليل المشرف

النسخة الاولى

المحتويات

<

قواعد الحفاظ على الحياة

< القيادة

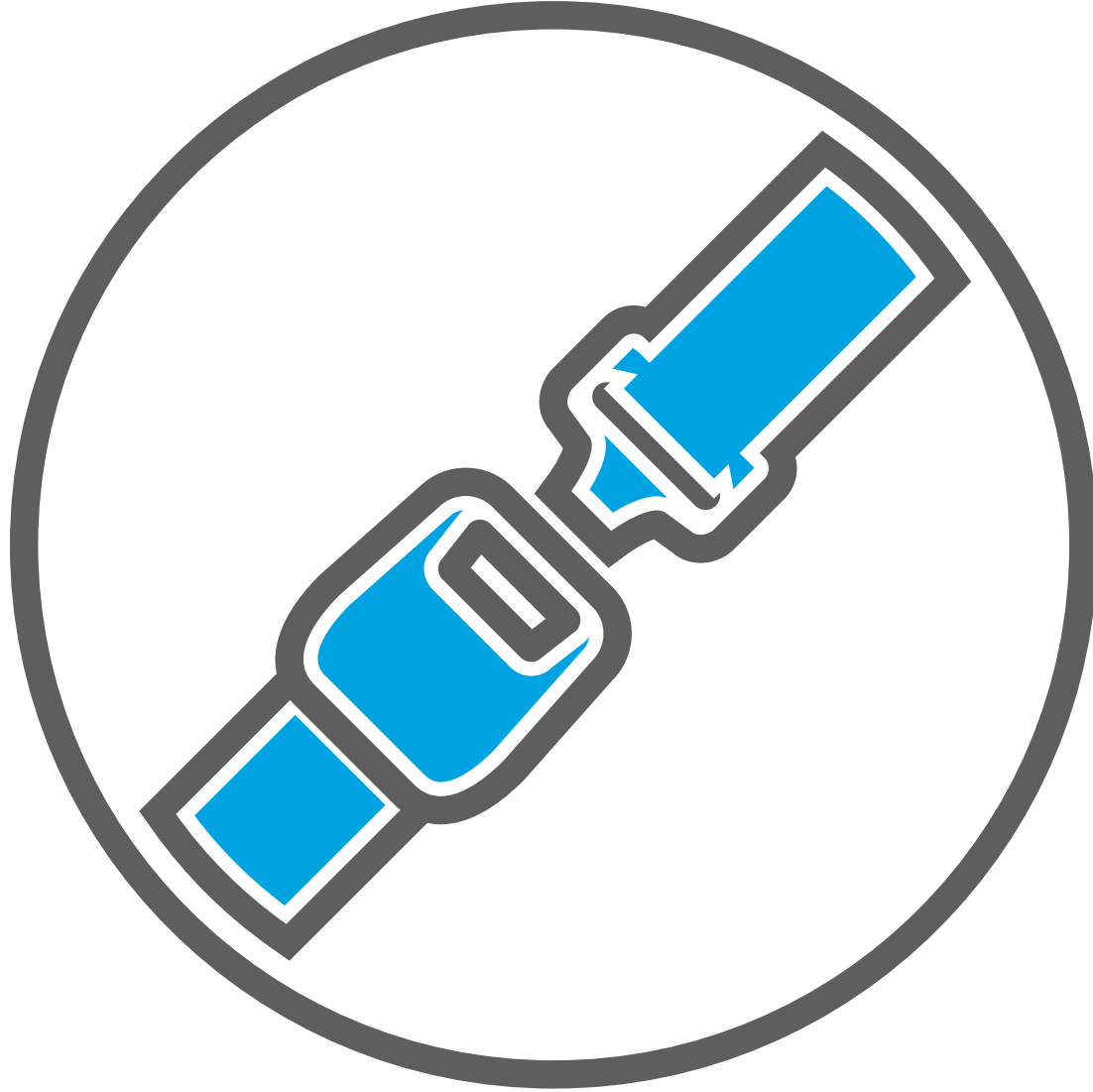
< العمل بالأماكن
المرتفعة

< الكهرباء



قواعد الحفاظ على الحياة

القيادة



التزم دائماً
بارتداء حزام
الأمان في
أي مركبة

قواعد الحفاظ على الحياة

القيادة



تجنب القيادة
إن كنت متعباً
أو مشتت
التركيز - استرح
كل ساعتين

قواعد الحفاظ على الحياة

القيادة



التزم دائماً
بالسرعة الآمنة
الملائمة
لظروف الطريق
وحركة المرور
وأحوال الطقس

لا تتجاوز
حد السرعة

<

قواعد الحفاظ على الحياة

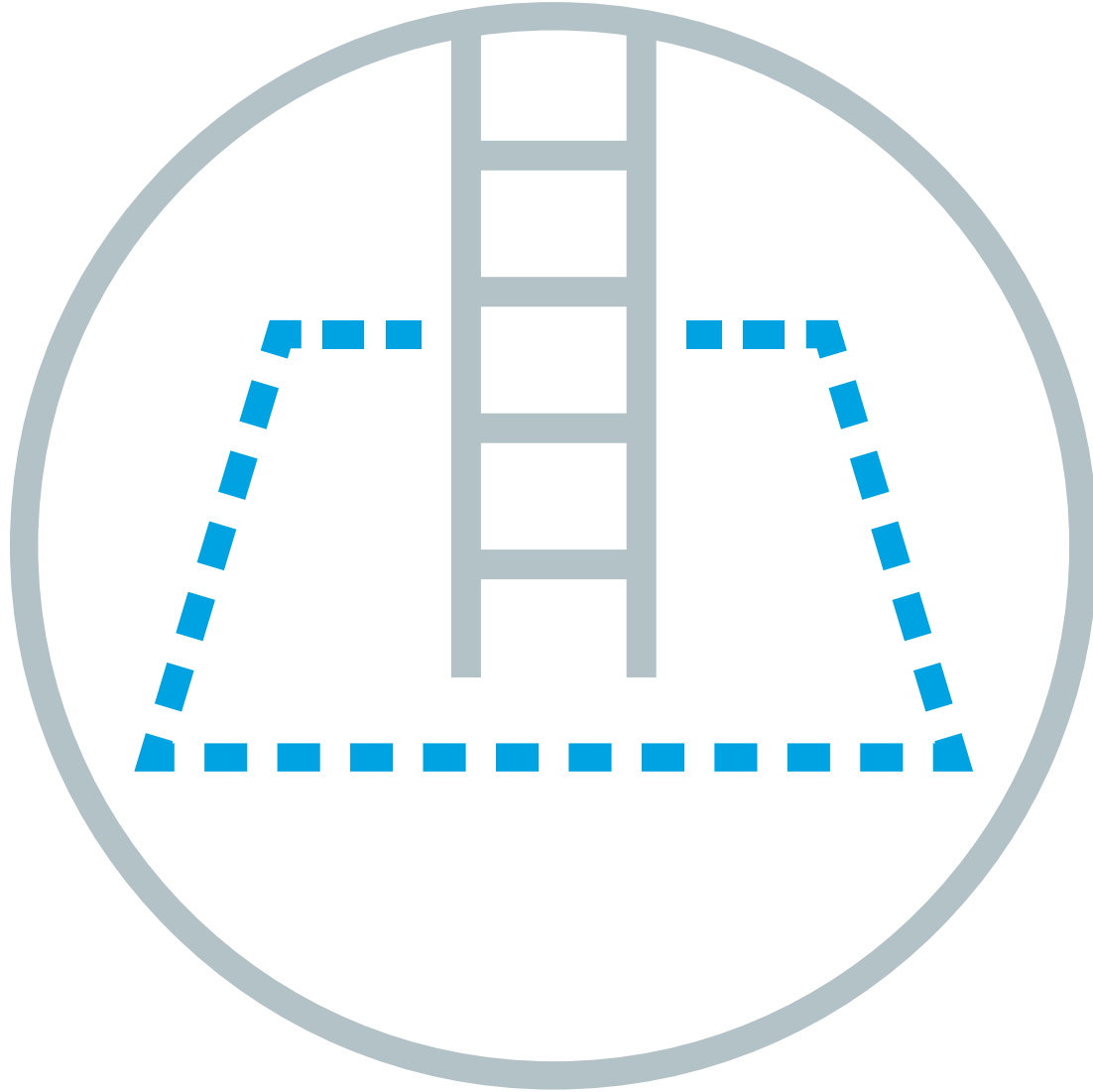
العمل بالأماكن
المرتفعة



عند العمل
بالأماكن
المرتفعة
اربط نفسك
وتجهيزاتك دائماً

قواعد الحفاظ على الحياة

العمل بالأماكن
المرتفعة



عندما تعمل
بالأماكن
المرتفعة تأكد
دائماً من
عدم دخول
أي شخص
إلى المنطقة
المحددة تحتك

قواعد الحفاظ على الحياة

الكهرباء



لا تقم بأعمال
والكهرباء حية

لا تعمل على
أي نظام كهربائي
إلا إذا كنت
مدرّباً عليه

<

- هل فهِمت قواعد الحفاظ على الحياة جيداً؟
- هل علمت أن هذه القواعد يجب الالتزام بها في جميع المهام و في جميع الأوقات؟
- أي أسئلة؟

<

السلامة على الطرقات

<السائق>

<المركبة>

<الرحلة>



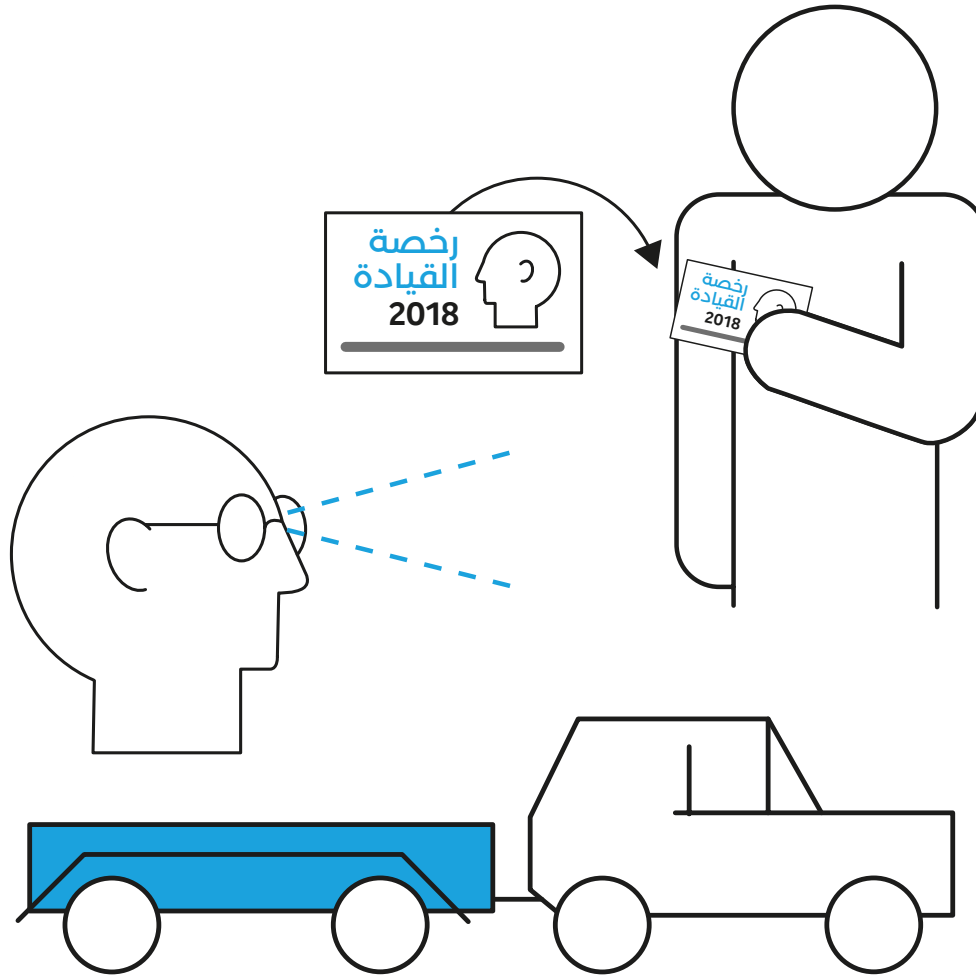
السلامة على الطرقات

السائق

رخصة قيادة صالحة

مؤهل للعمل

مدرب على القيادة
بما في ذلك مركبات
الدفع الرباعي 4X4
والقاطرات



السلامة على الطرقات

السائق

استرح كل ساعتين
لا تقود أي مركبة
بعد تناولك ادوية أو
شرب الكحول

لا تقود أكثر من
8 ساعات

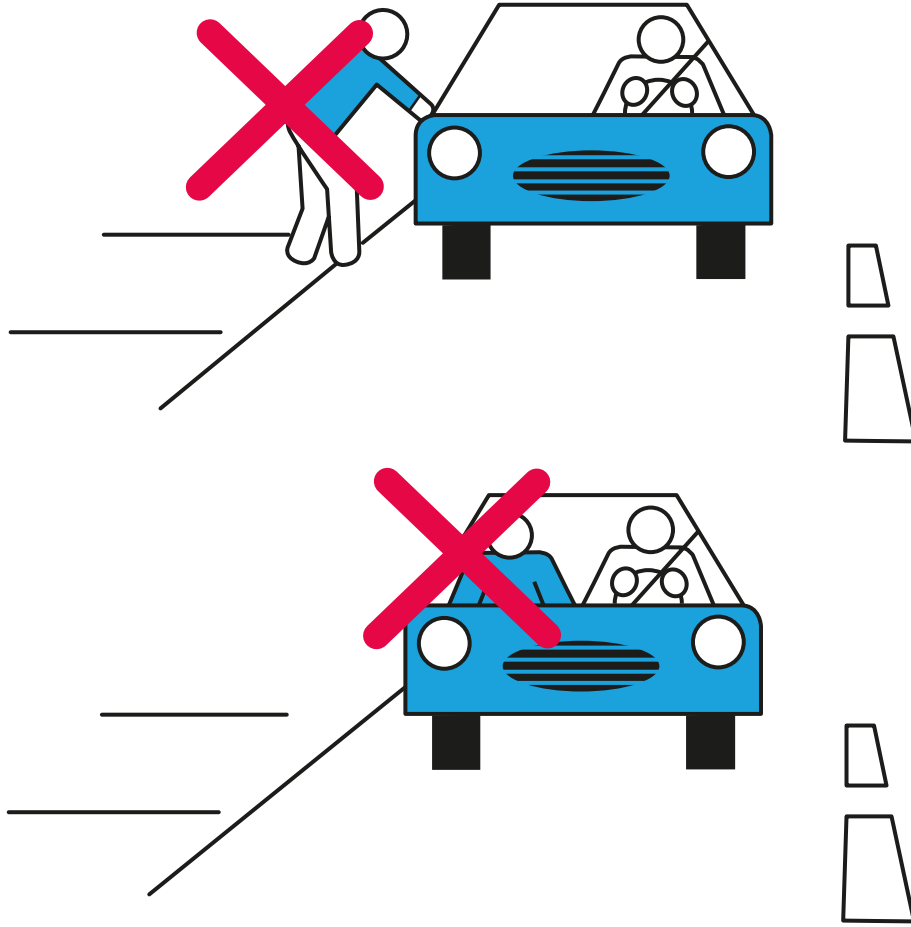
لا تستخدم
الهاتف المحمول
أثناء القيادة





السلامة على الطرقات

السائق

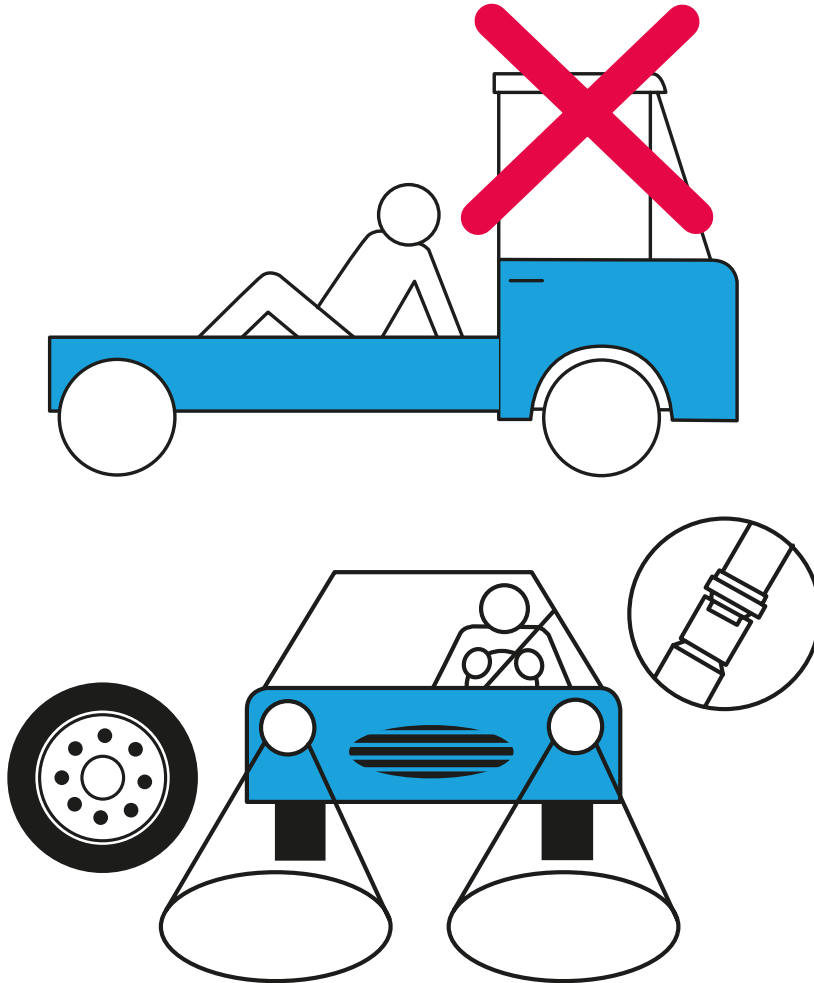


انقل فقط الأفراد
المصرح لهم



السلامة على الطرقات

المركبة



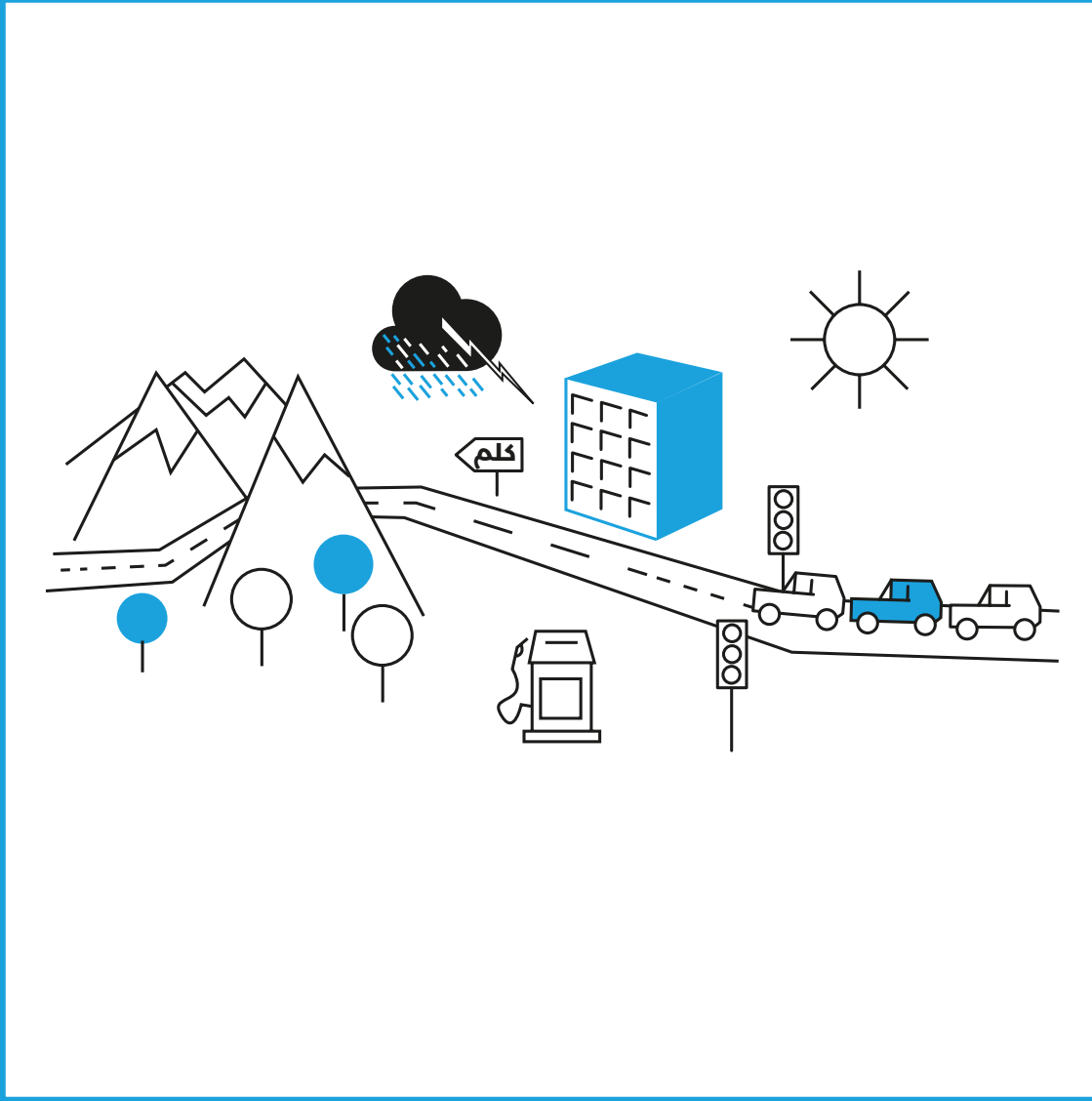
لا تنقل الأفراد
في أي مركبة إلا
إذا كانت مزودة
بمقاعد مناسبة

تأكد من أن المركبة
مزودة بأحزمة أمان
3 نقاط

افحص المركبة
قبل تشغيلها

السلامة على الطرقات

الرحلة



ضع خطة
مسبقة لرحلتك

راجع حركة المرور
وحالة الطرق
وأحوال الطقس

خطط لمحطات
الاستراحة

تعرف على
المخاطر الأمنية

خطط للتوقف على
محطات الوقود

<

- هل أنت مهياً ومؤهلاً لقيادة المركبة؟
- هل تم فحص المركبة وهل هي صالحة للقيادة؟
- هل خططت لرحلتك؟
- أي أسئلة؟

<

العمل بالأماكن المرتفعة

FASTEN

<Fit to work - مؤهل للعمل>

<Arrangements - الترتيبات>

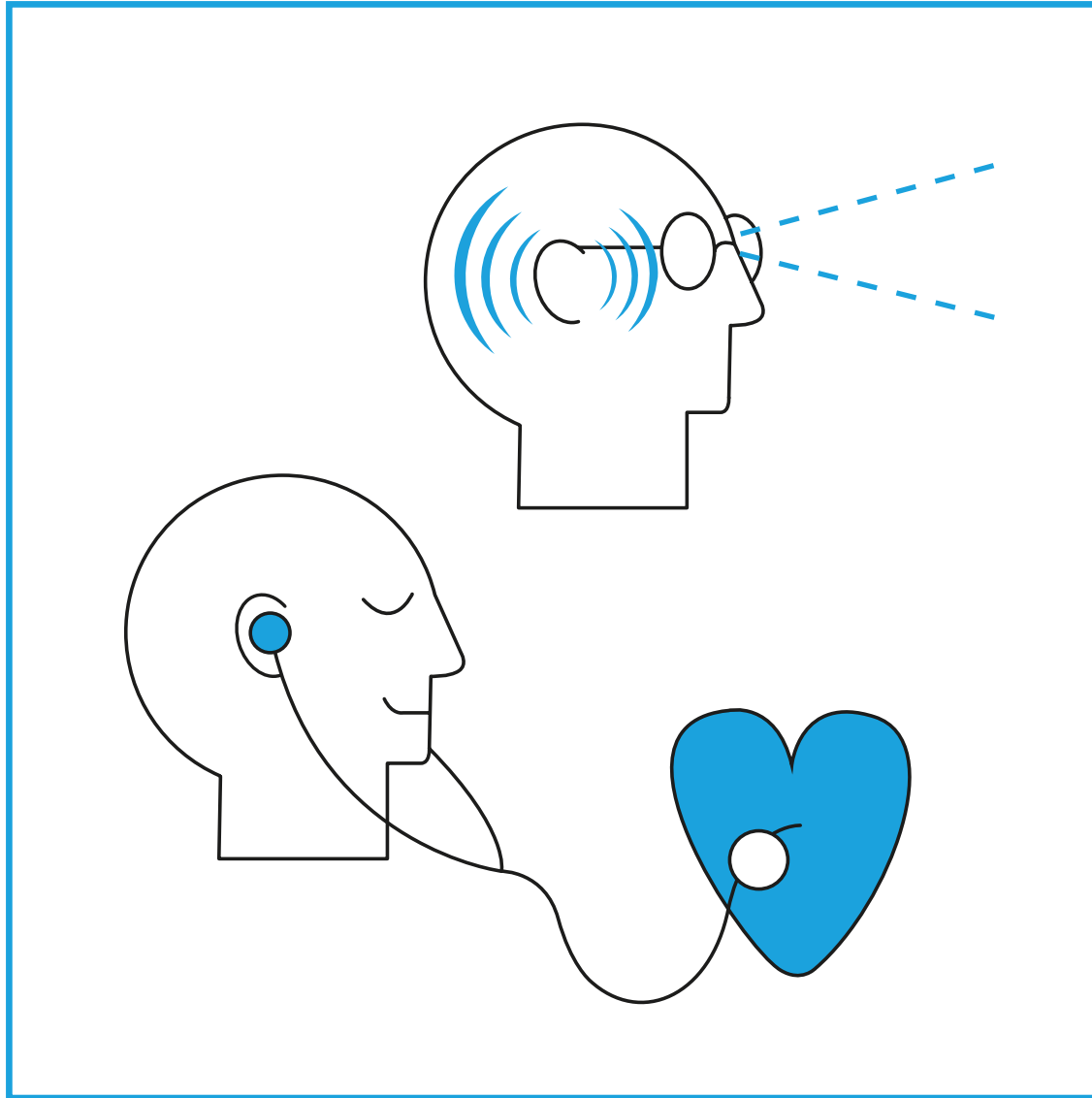
<Supervision - الإشراف>

<Training - التدريب>

<Equipment - التجهيزات>

<Non-negotiable - غير قابلة للتفاوض>

العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <

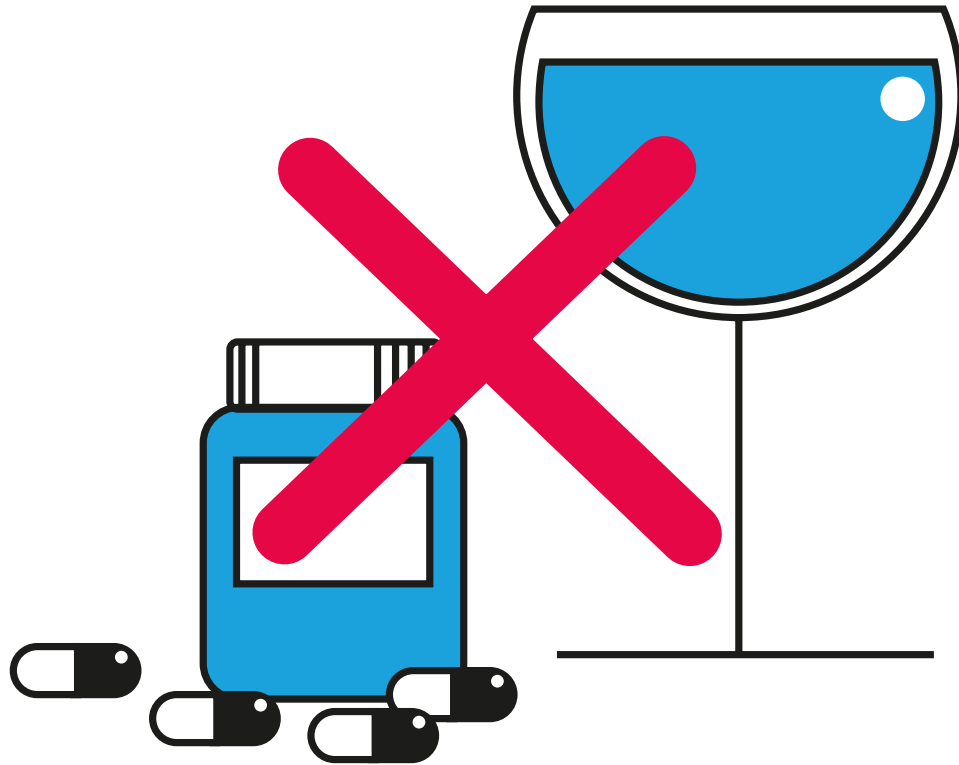


هل أنت
مؤهل لأداء
عملك اليوم؟

مؤهل للعمل

الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

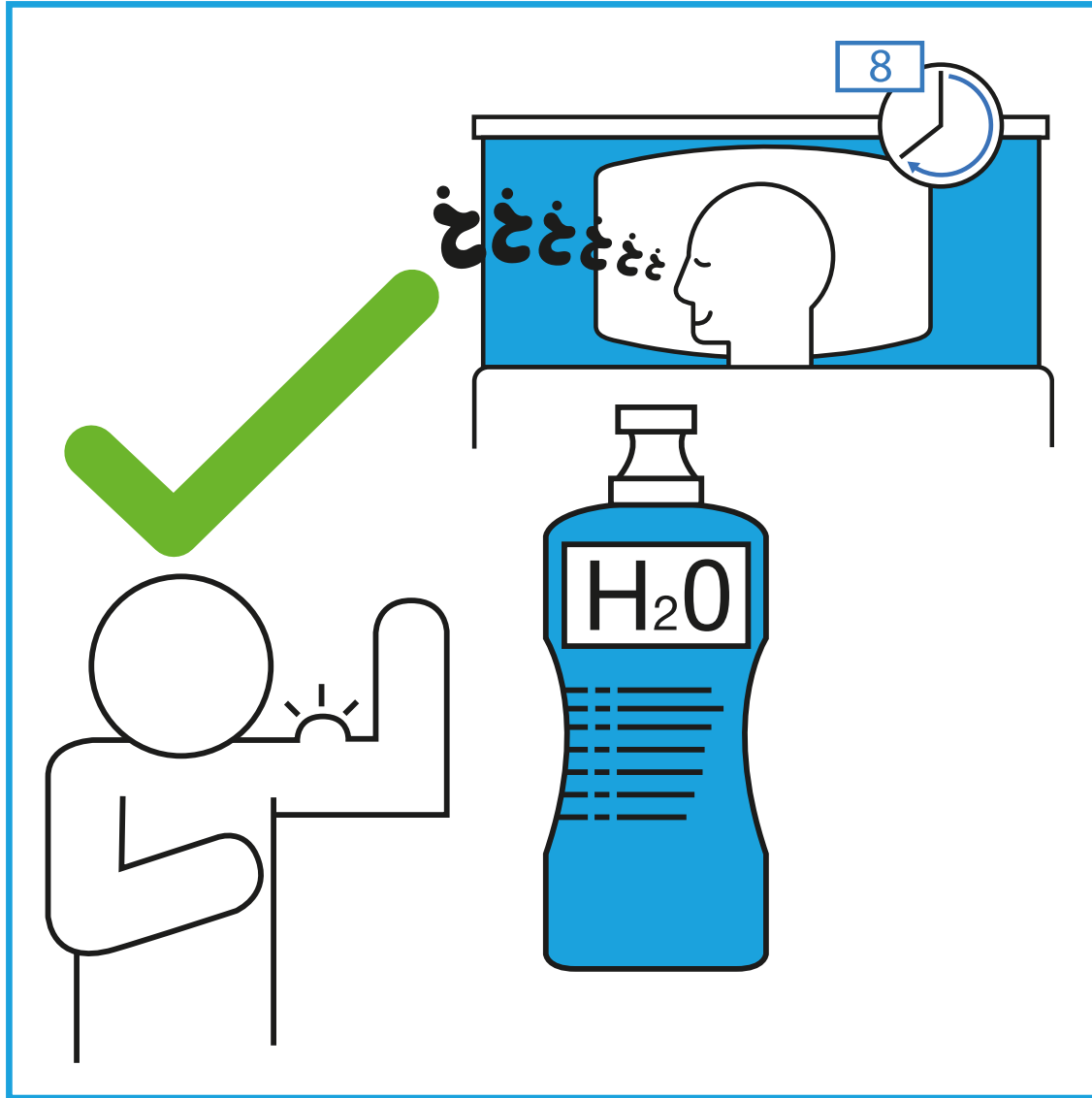
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



لا تأتي الى
العمل بعد
تناولك ادوية أو
شربك الكحول

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <



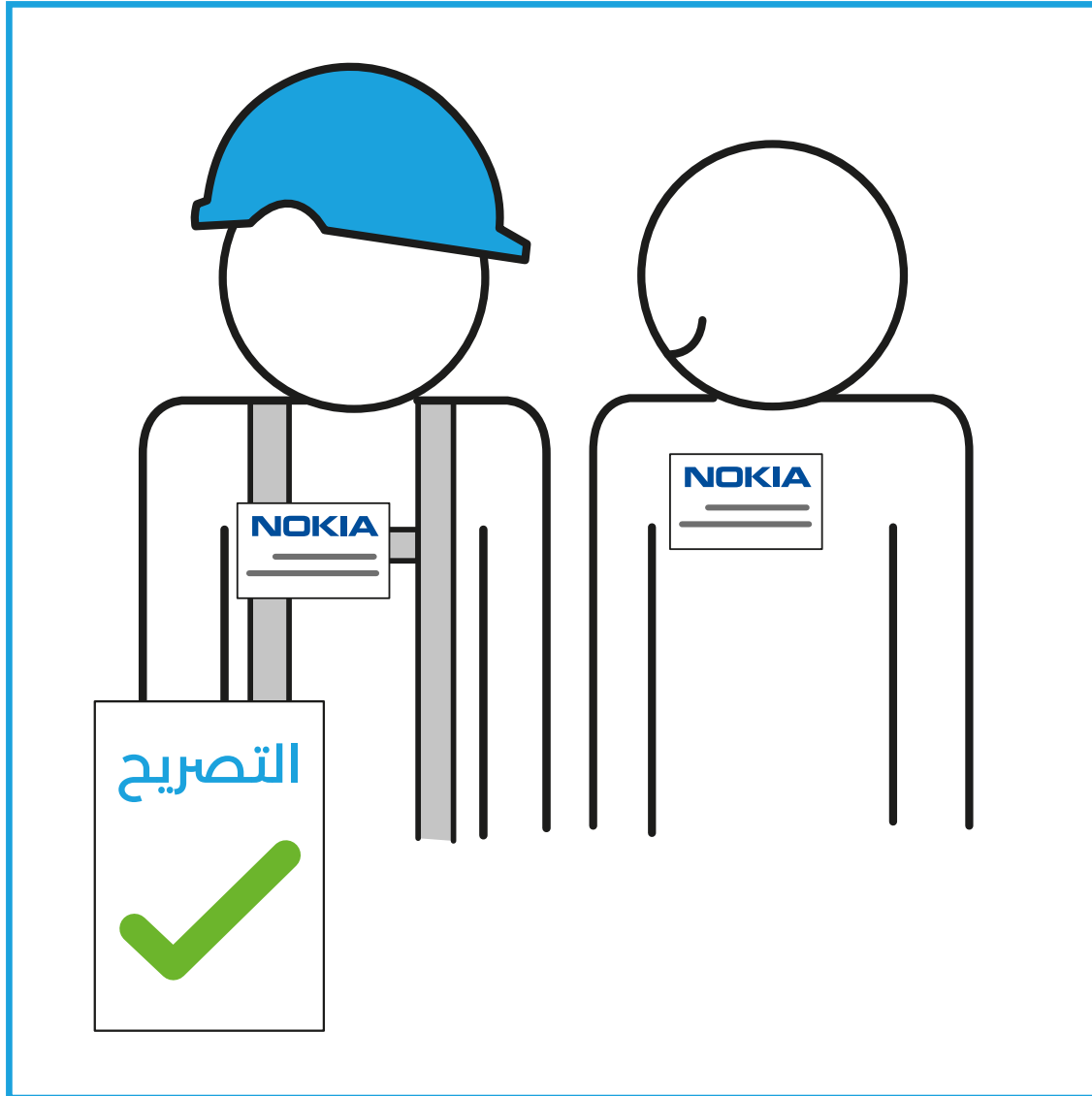
هل:

- استرحت جيداً؟
- شربت كمية كافية من السوائل؟
- تشعر بأنك قادر على العمل وليس بك أي إصابات؟

مؤهل للعمل

الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <



هل جميع الأفراد
الموجودون
هنا اليوم مصرح
لهم بالعمل؟

مؤهّل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

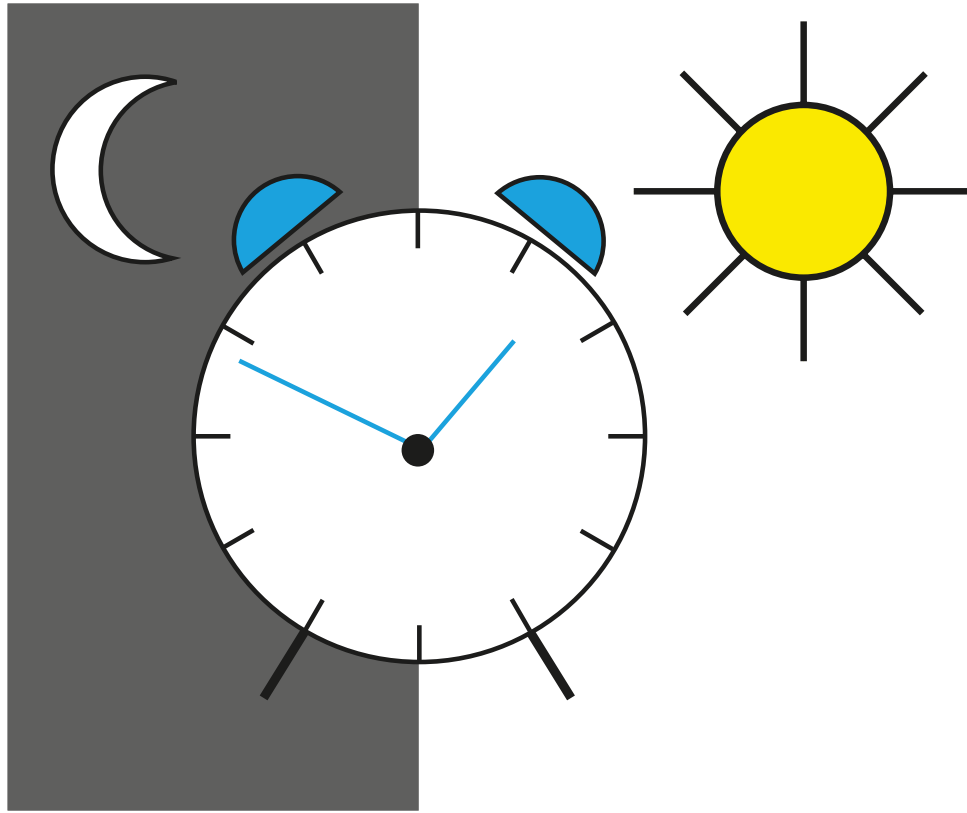
العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <



خطط
وتعامل
مع أحوال
الطقس

مؤهّل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

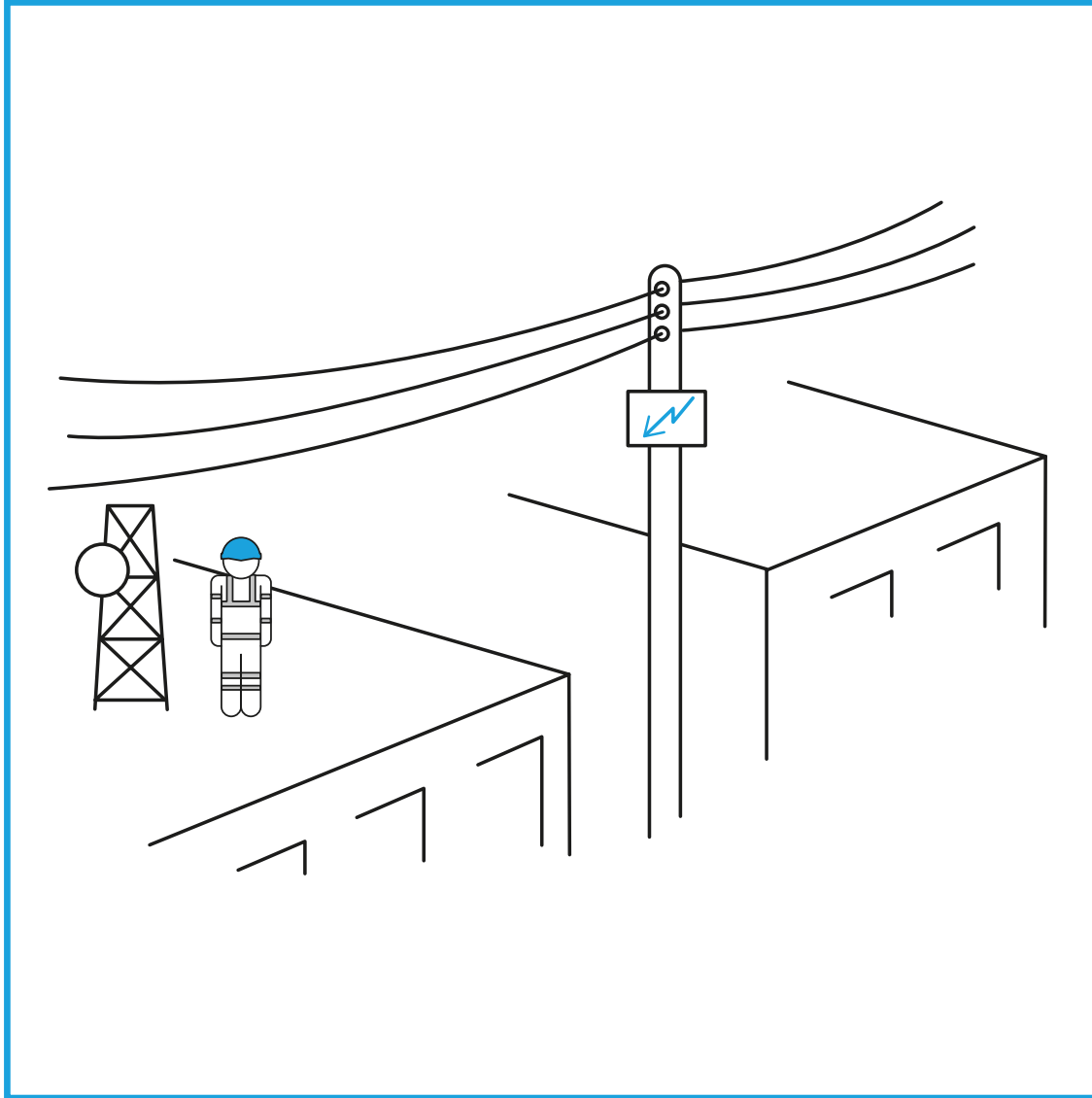
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



هل نستطيع
إنجاز العمل
قبل طول
الظلام؟

مؤهّل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

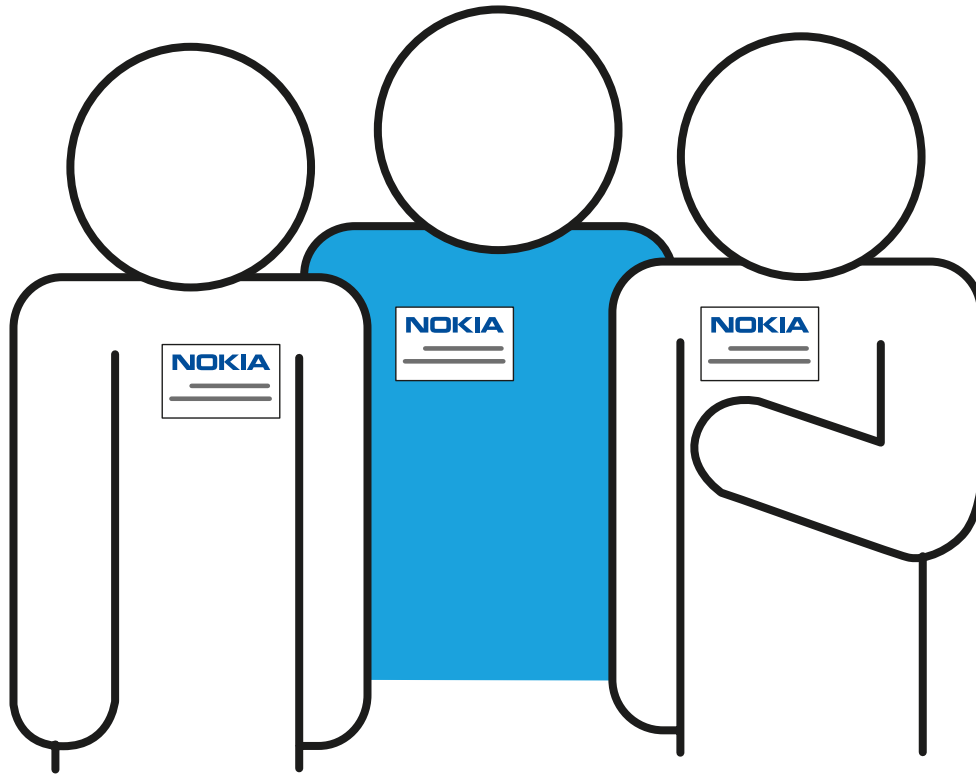
العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <



لا تعمل
بالقرب من أي
تجهيزات فيها
كهرباء حية

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

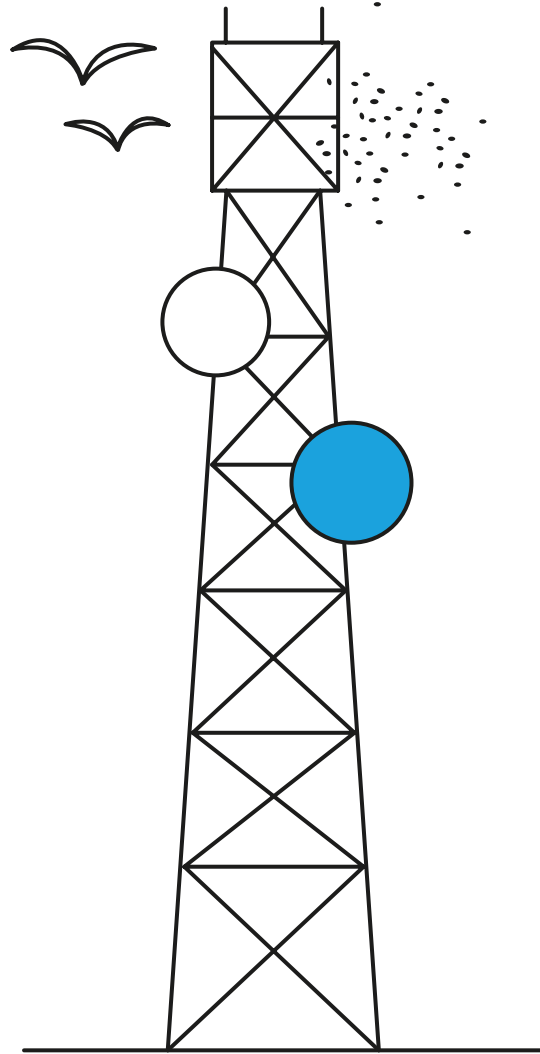
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



هل لدينا
عدد كافٍ
من الأفراد؟

مؤهّل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

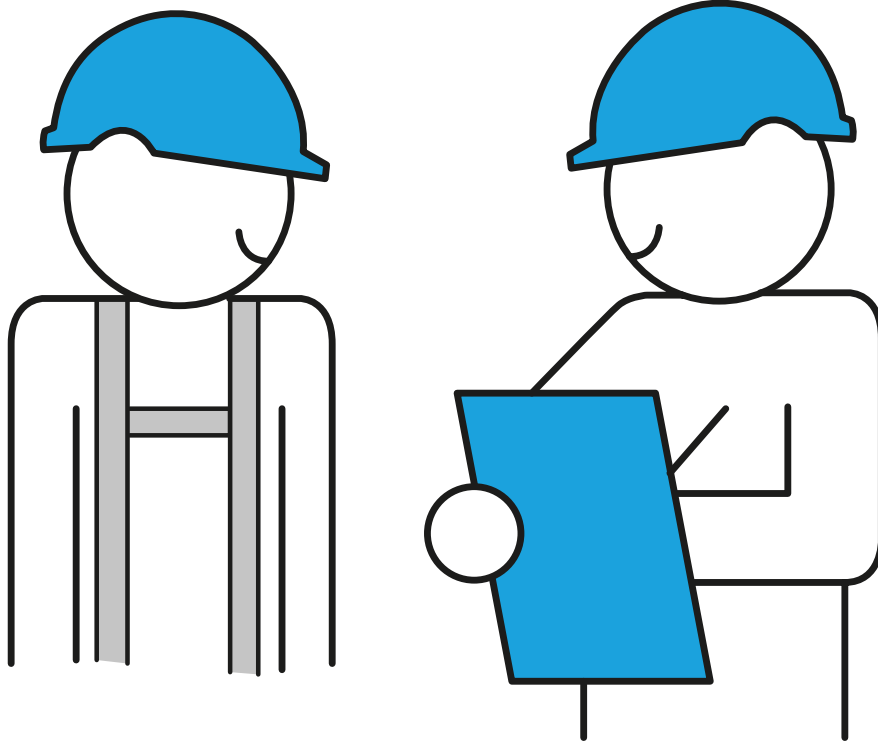
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



تحقق من
عدم وجود
حشرات أو
حيوانات برية

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

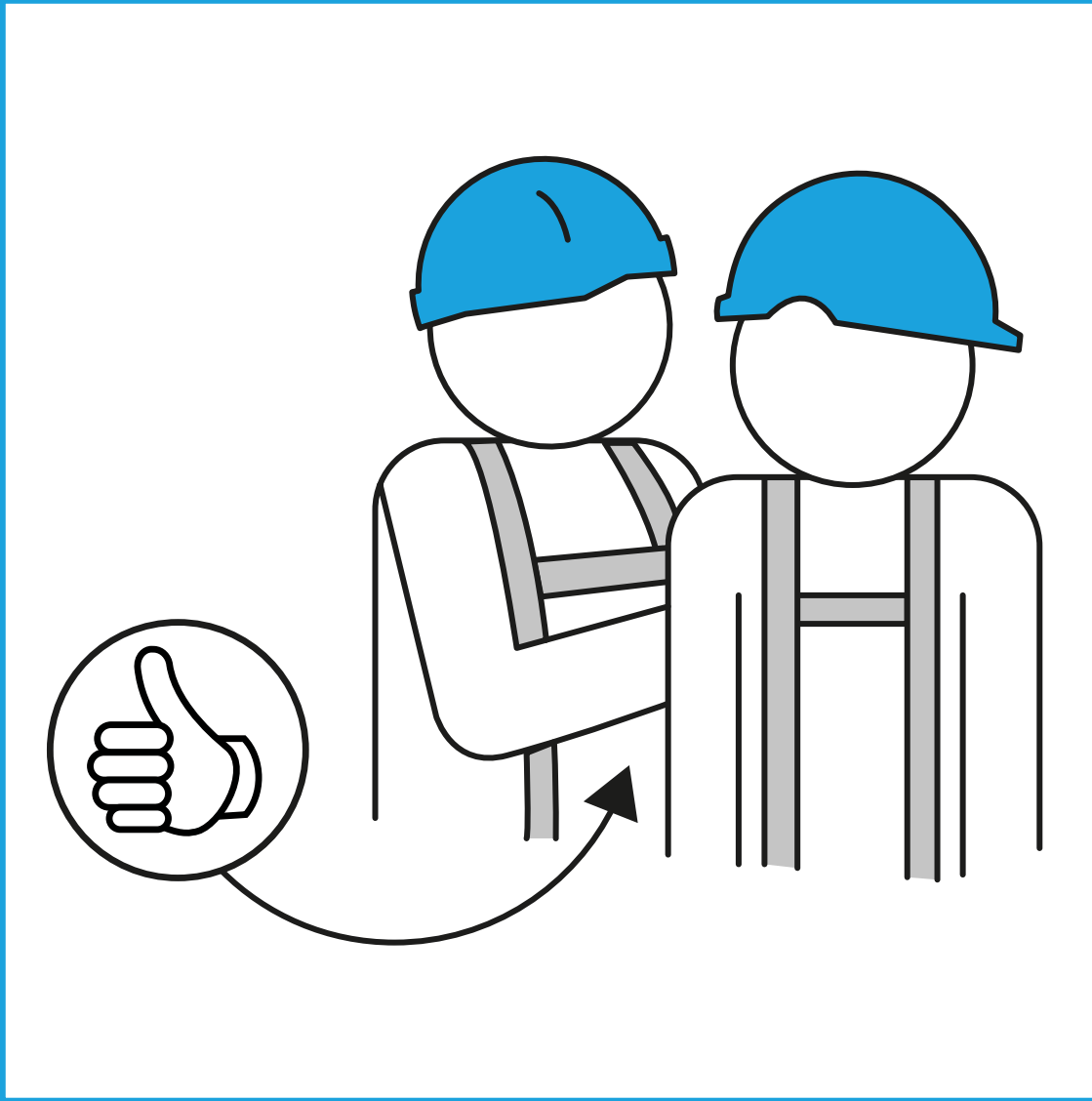
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



أنا المشرف هنا
اليوم وإذا لم
أكن موجوداً
يتوقف العمل

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



نحتاج أن يهتم
كل منا بالآخر

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

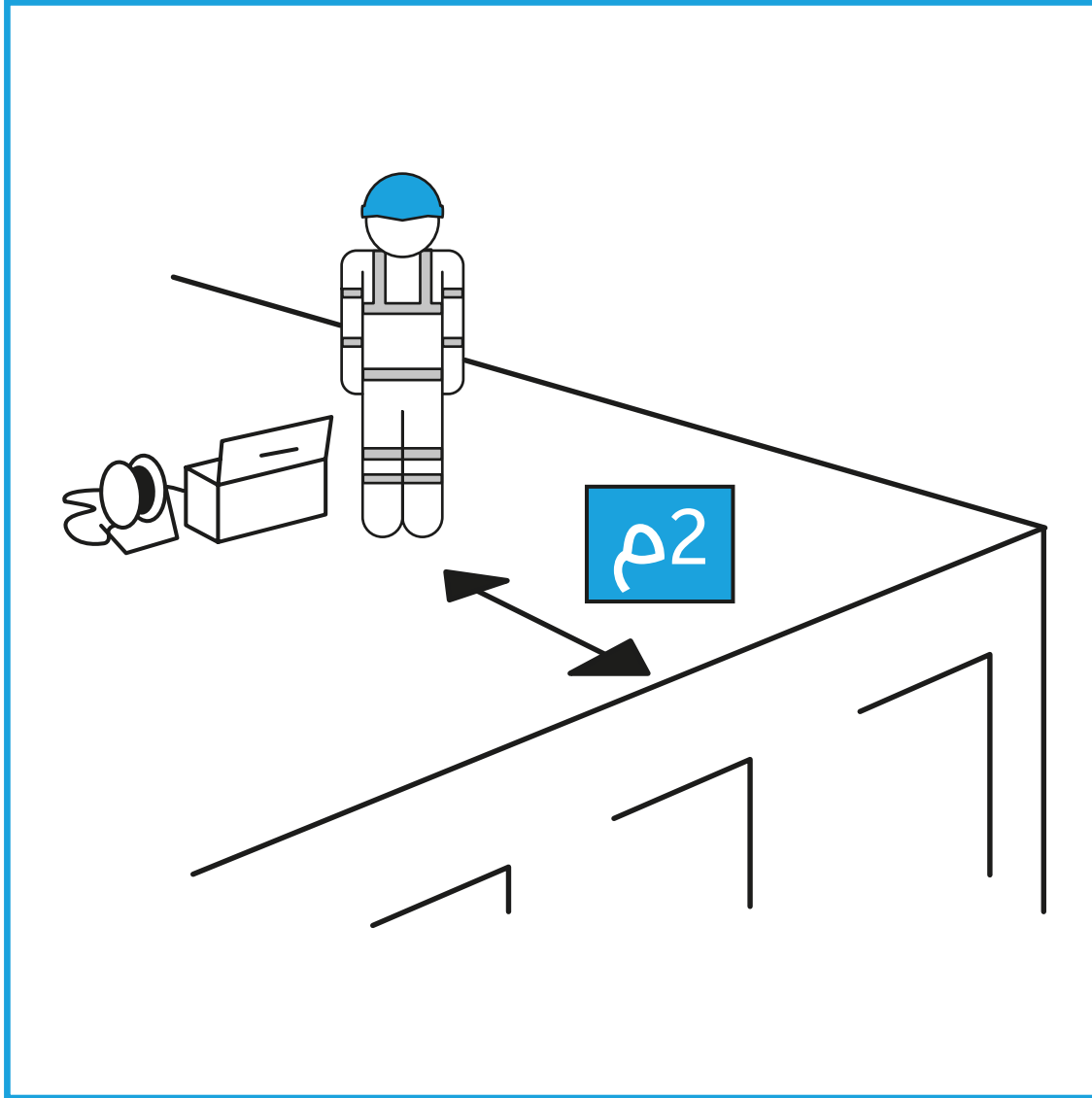
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



قم بأداء ما
تدرّبت عليه فقط

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

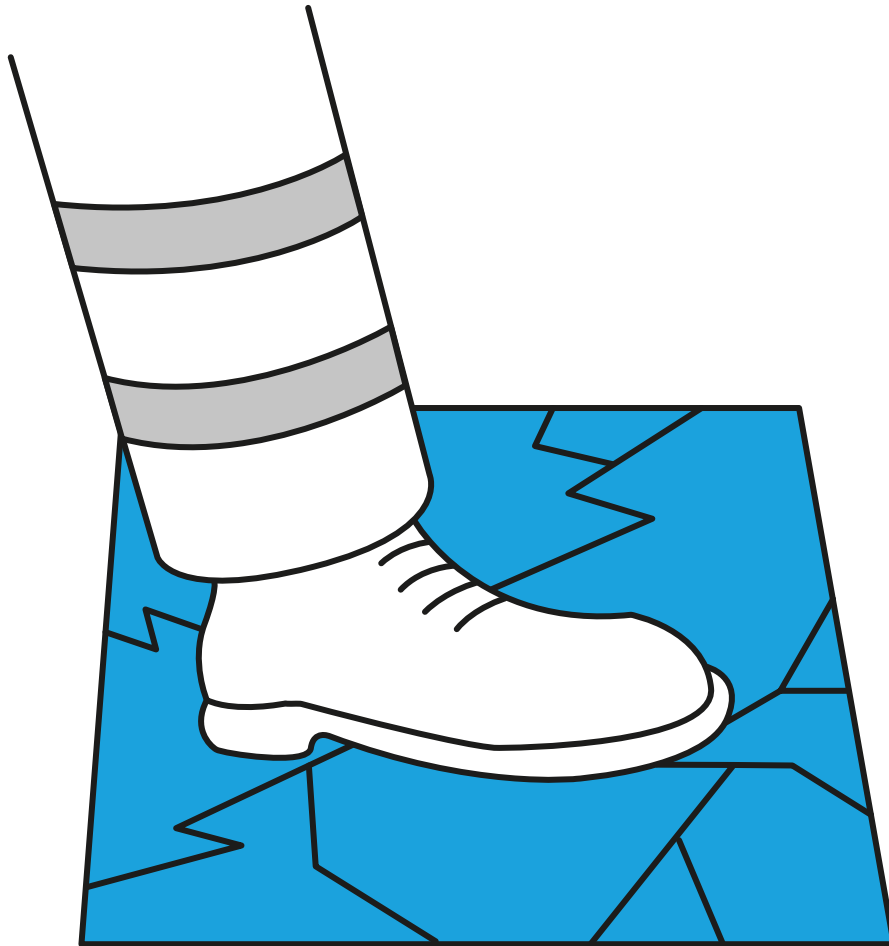
العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <



التمزم دائماً
بمسافة 2م
بينك وبين أي
حافة غير محمية

مؤهلهللعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

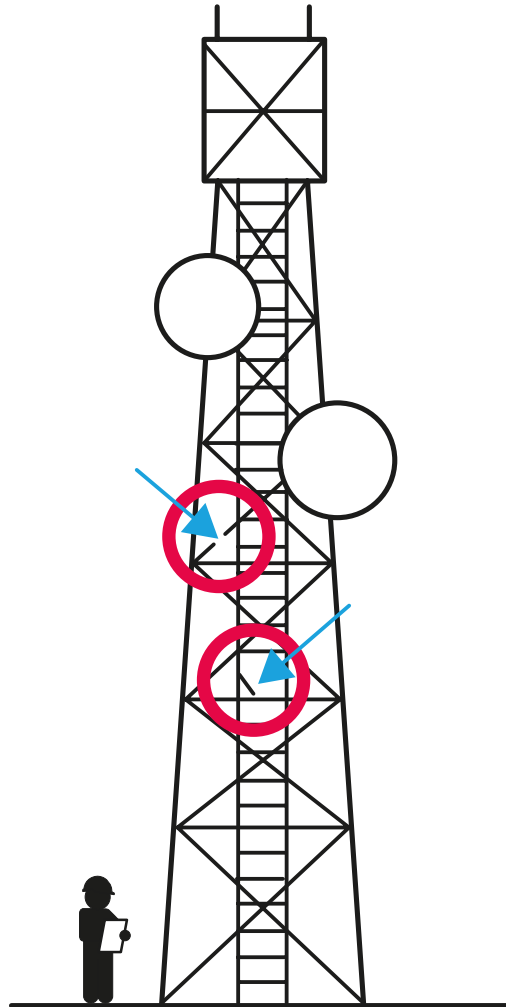
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



احترس من
الأسطح الهشة
ولا تسير عليها

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

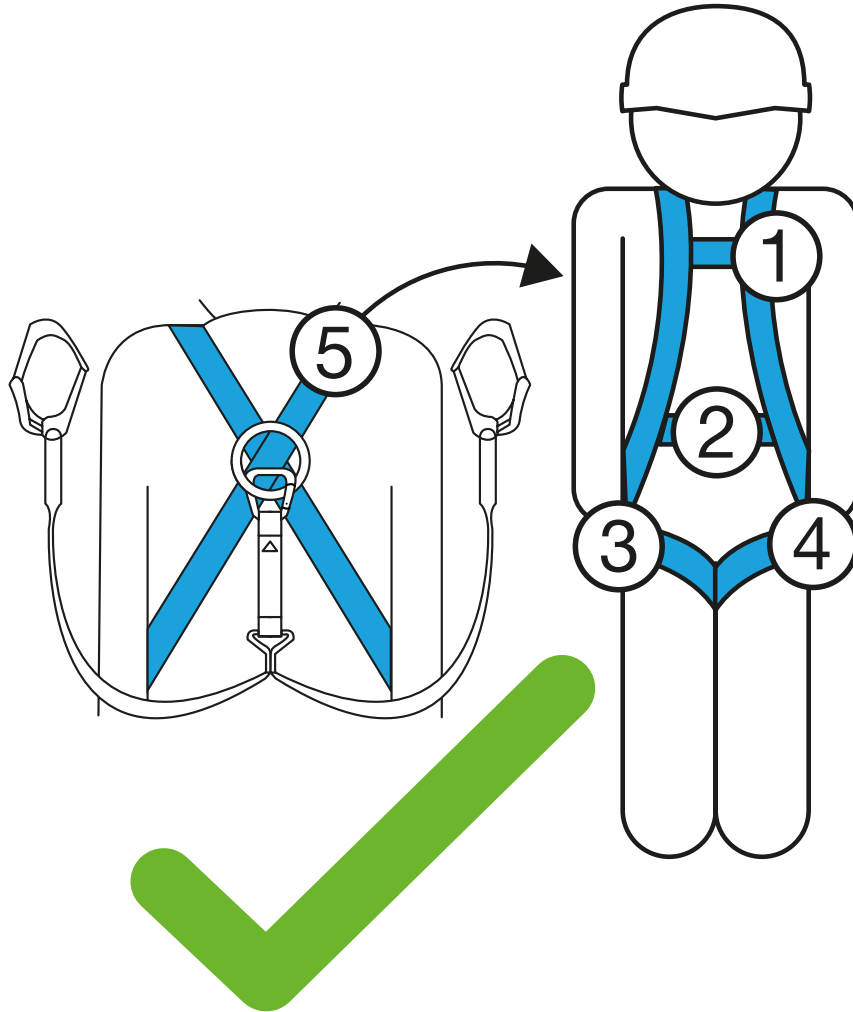
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



تحقق من
عدم وجود أي
مشكلات هيكلية.
لا تتسلق إذا كان
في التسلق خطورة

مؤهّل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

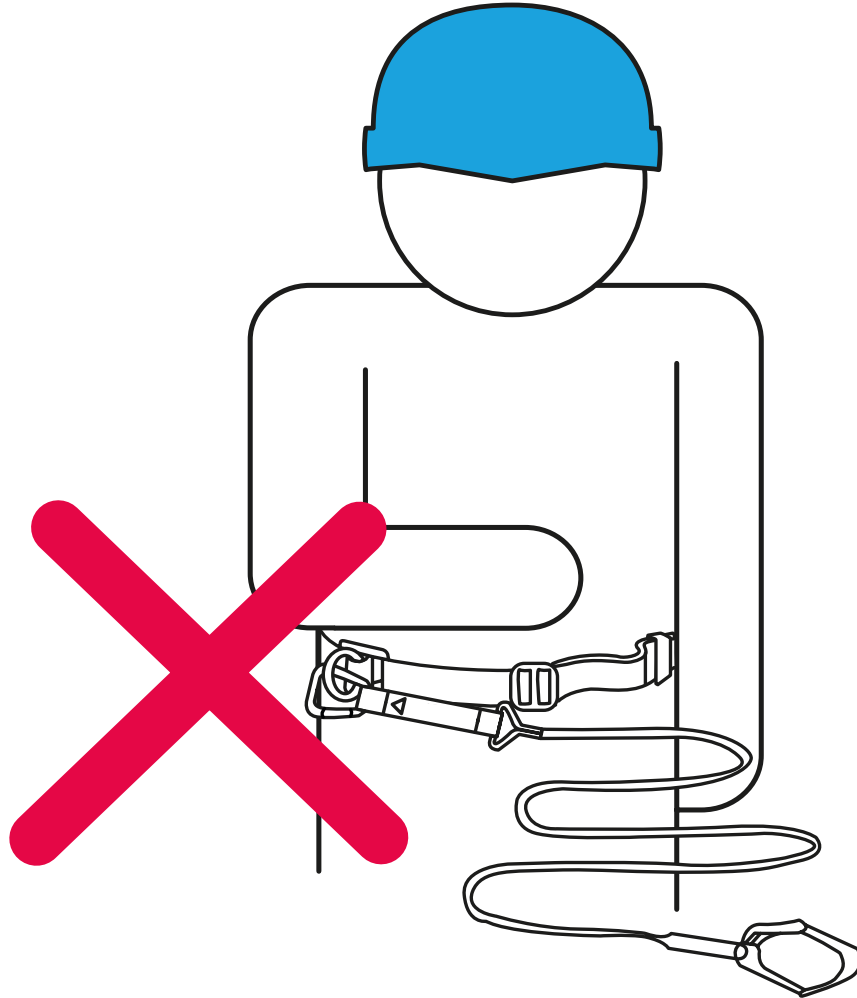
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



استخدم عدة
السلامة ذات
5 نقاط والحب
المزدوج فقط

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

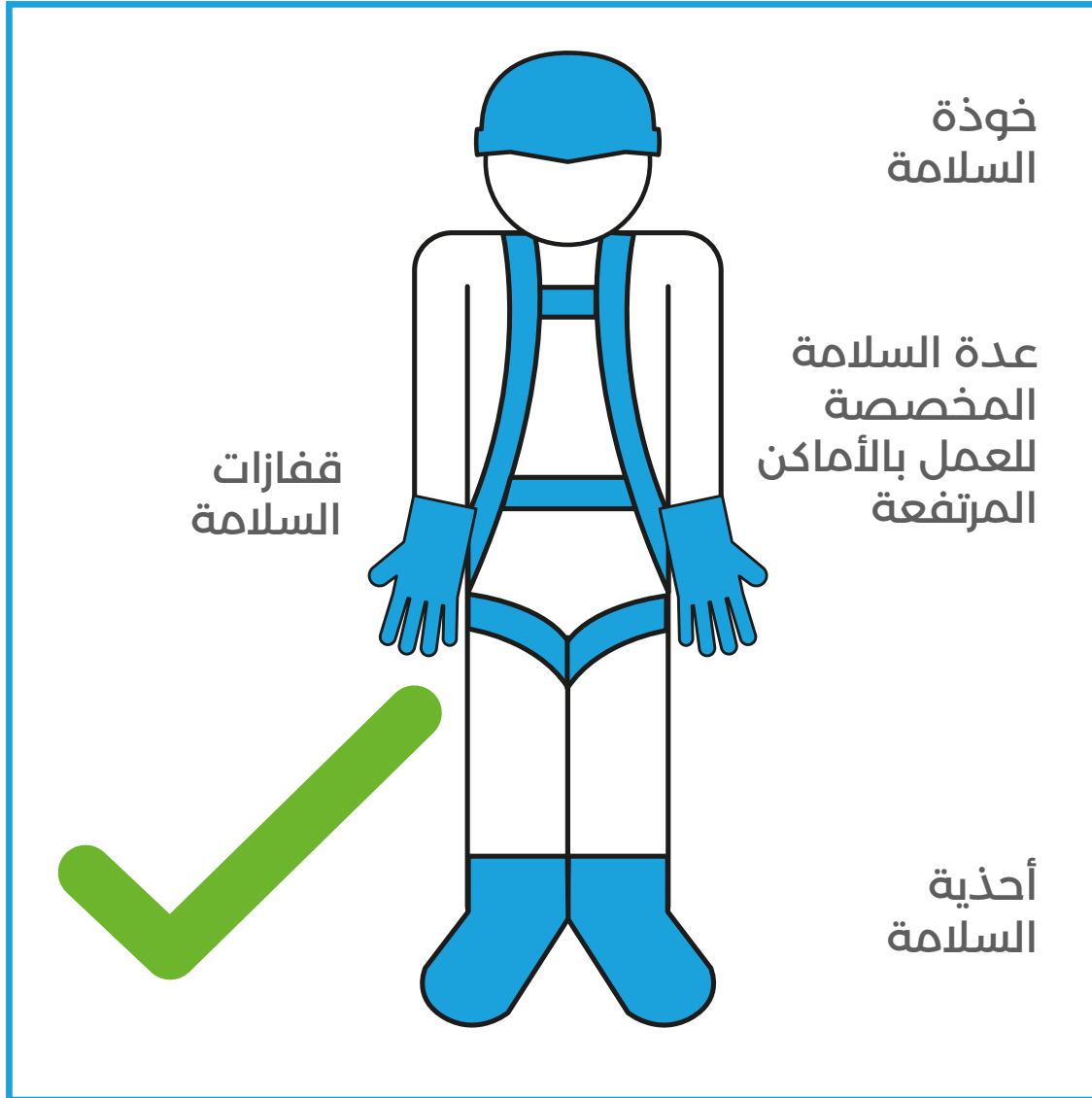
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



لا تستخدم
هذه التجهيزات

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN) <



استخدم
جميع التجهيزات
المطلوبة

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

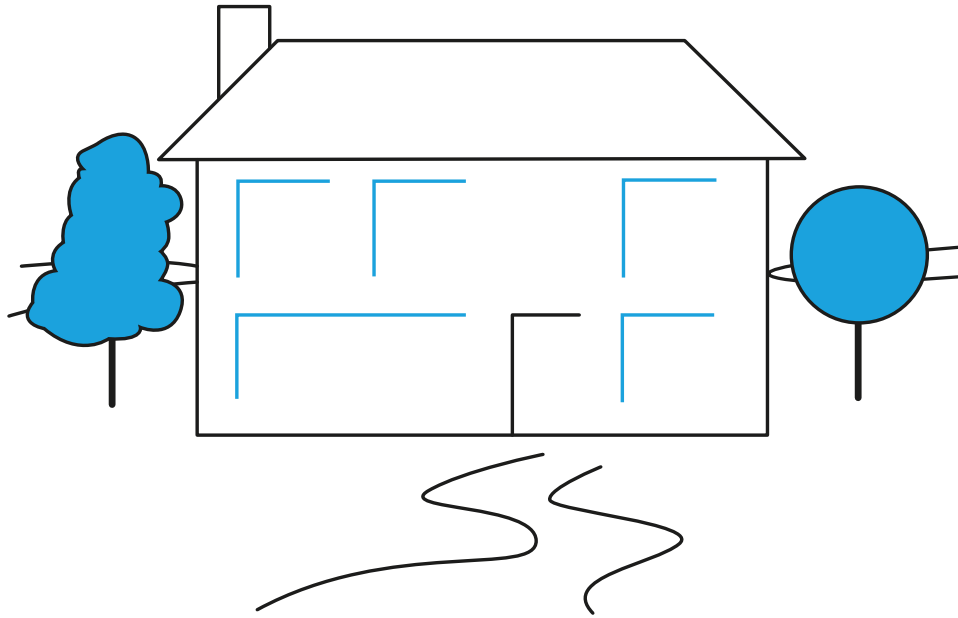
< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



هذه كلها
متطلبات
وضعتها نوكيا
وغير قابلة
للتفاوض

مؤهّل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

< العمل بالأماكن المرتفعة (FASTEN)



لتعود إلى دارك
سالمًا، التزم بهذه
المتطلبات الغير
قابلة للتفاوض

مؤهل للعمل
الترتيبات
الإشراف
التدريب
التجهيزات
غير قابلة للتفاوض

<

- هل كل فرد مؤهل وبصحة جيدة؟
- هل يعرف كل فرد ما يجب عليه فعله بوضوح؟
- هل كل فرد سعيد بدوره؟
- هل لدينا الأدوات والتجهيزات المطلوبة؟
- أي أسئلة؟

<

اعمال الرفع

<حتى 6 كغ>

<6 – 10 كغ>

<10 – 20 كغ>

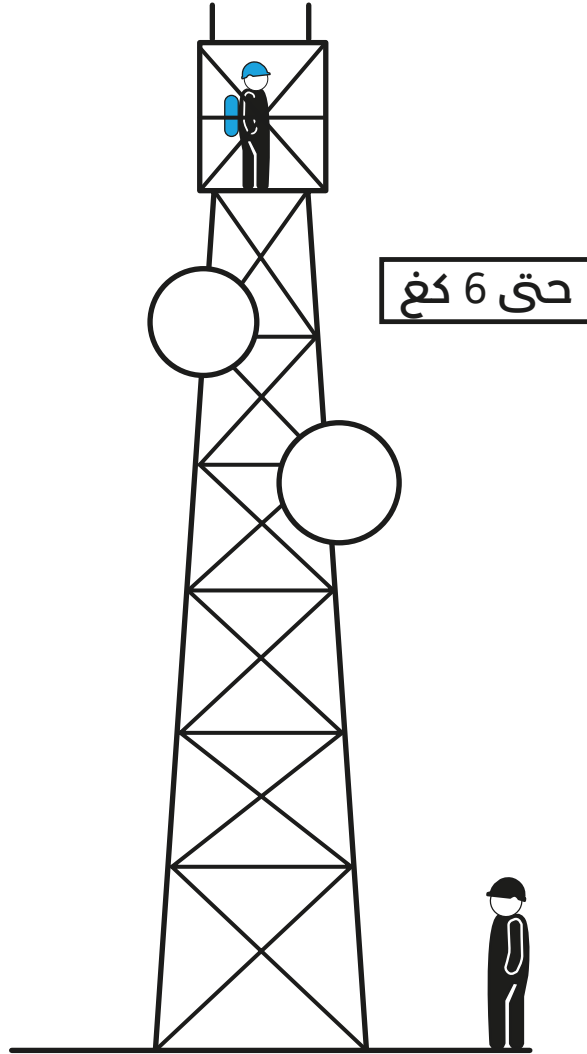
<20 – 50 كغ>

<50 – 100 كغ>

<

اعمال الرفع

حتى 6 كغ



تأكد من أن لديك
ما يكفي من
الأفراد والتجهيزات
المطلوبة للقيام
بعملية الرفع بأمان

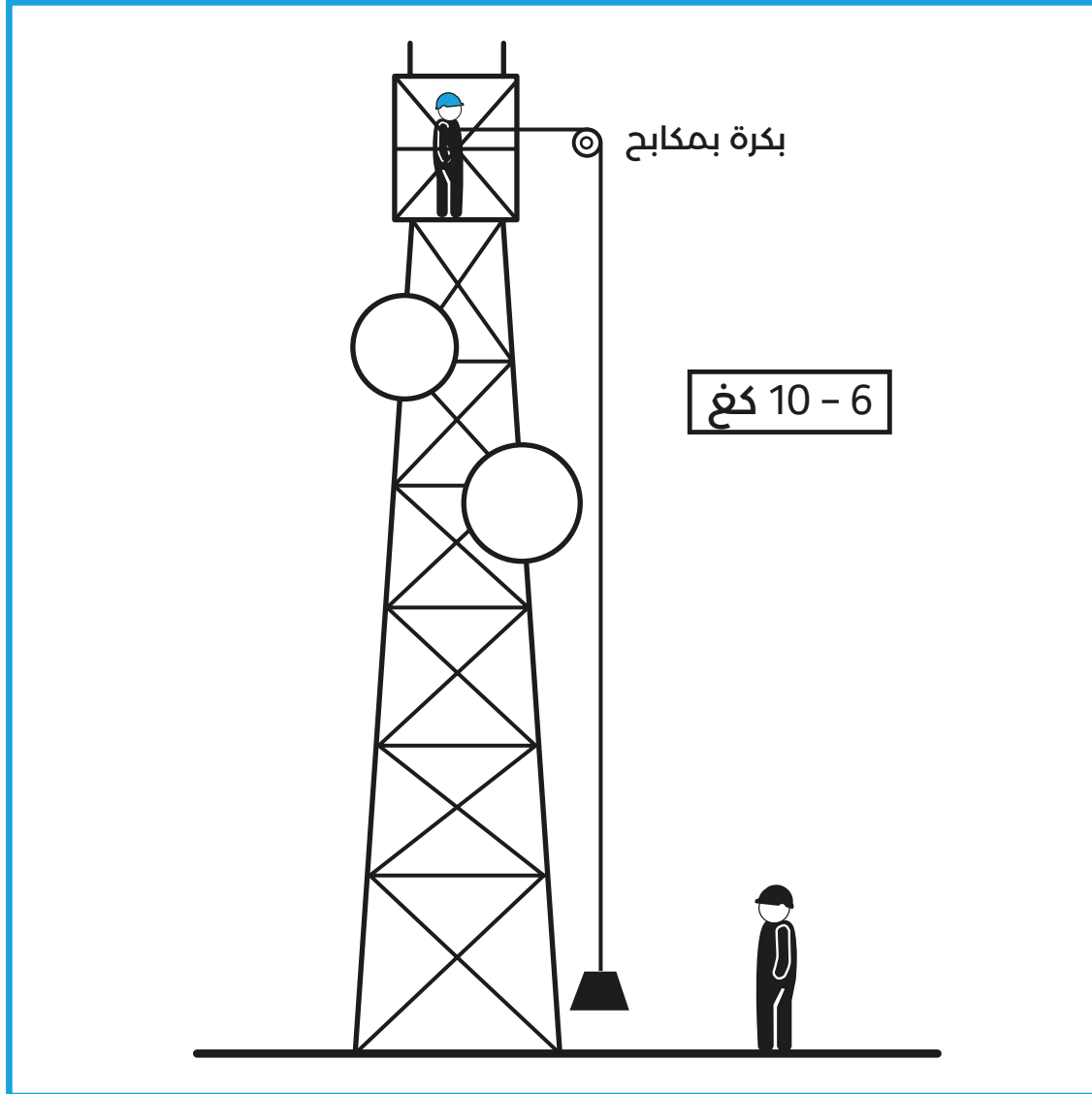
حتى 6 كغ - شخص
واحد بحقيبة ظهر

ممنوع العمل
وحيداً عند العمل
بالأماكن المرتفعة



اعمال الرفع

6 - 10 كغ



تأكد من أن لديك
ما يكفي من
الأفراد والتجهيزات
المطلوبة للقيام
بعملية الرفع بأمان

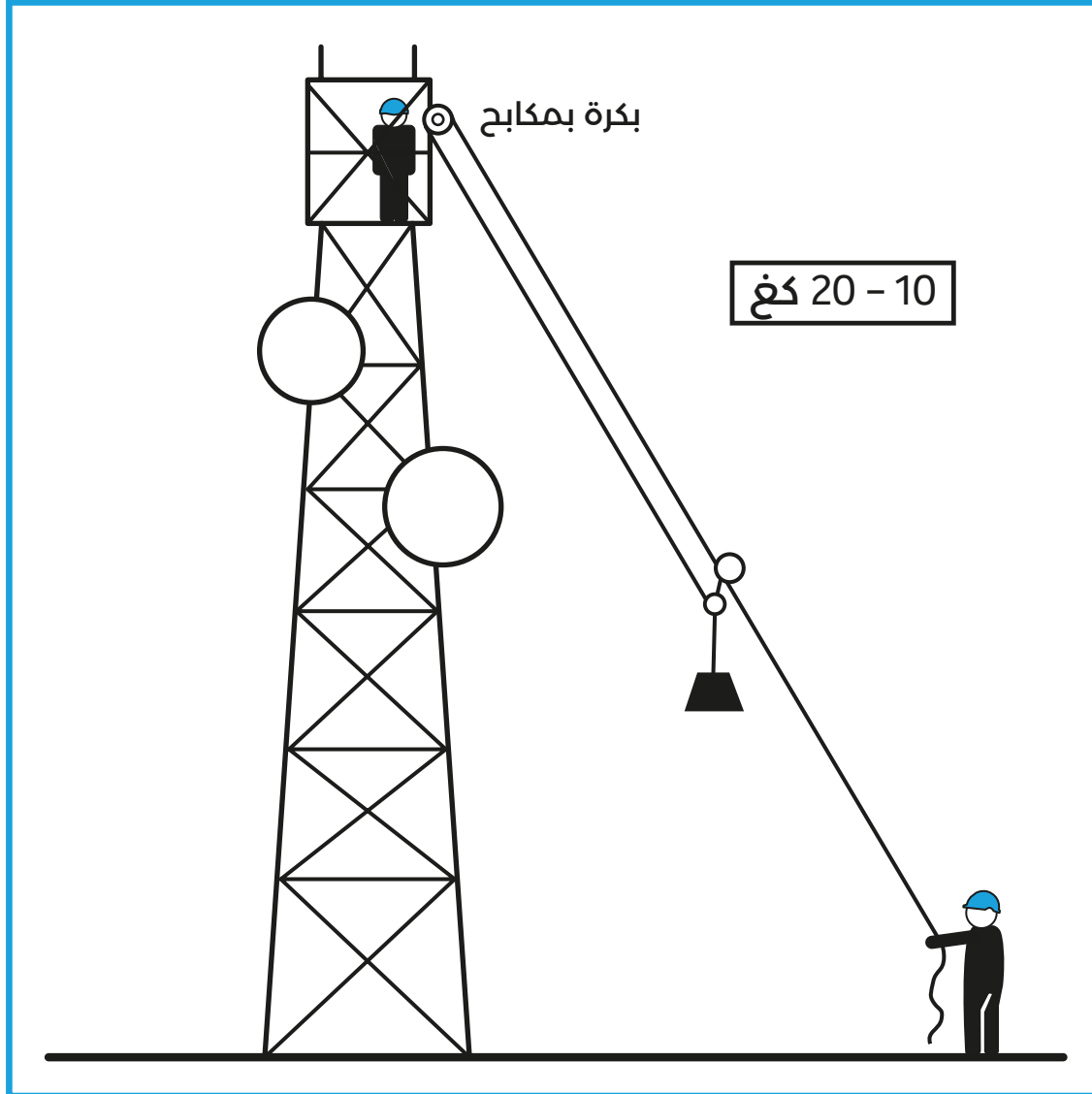
6 - 10 كغ - شخص
واحد، وحبل واحد،
وبكرة واحدة

ممنوع العمل
وحيداً عند العمل
بالأماكن المرتفعة



اعمال الرفع

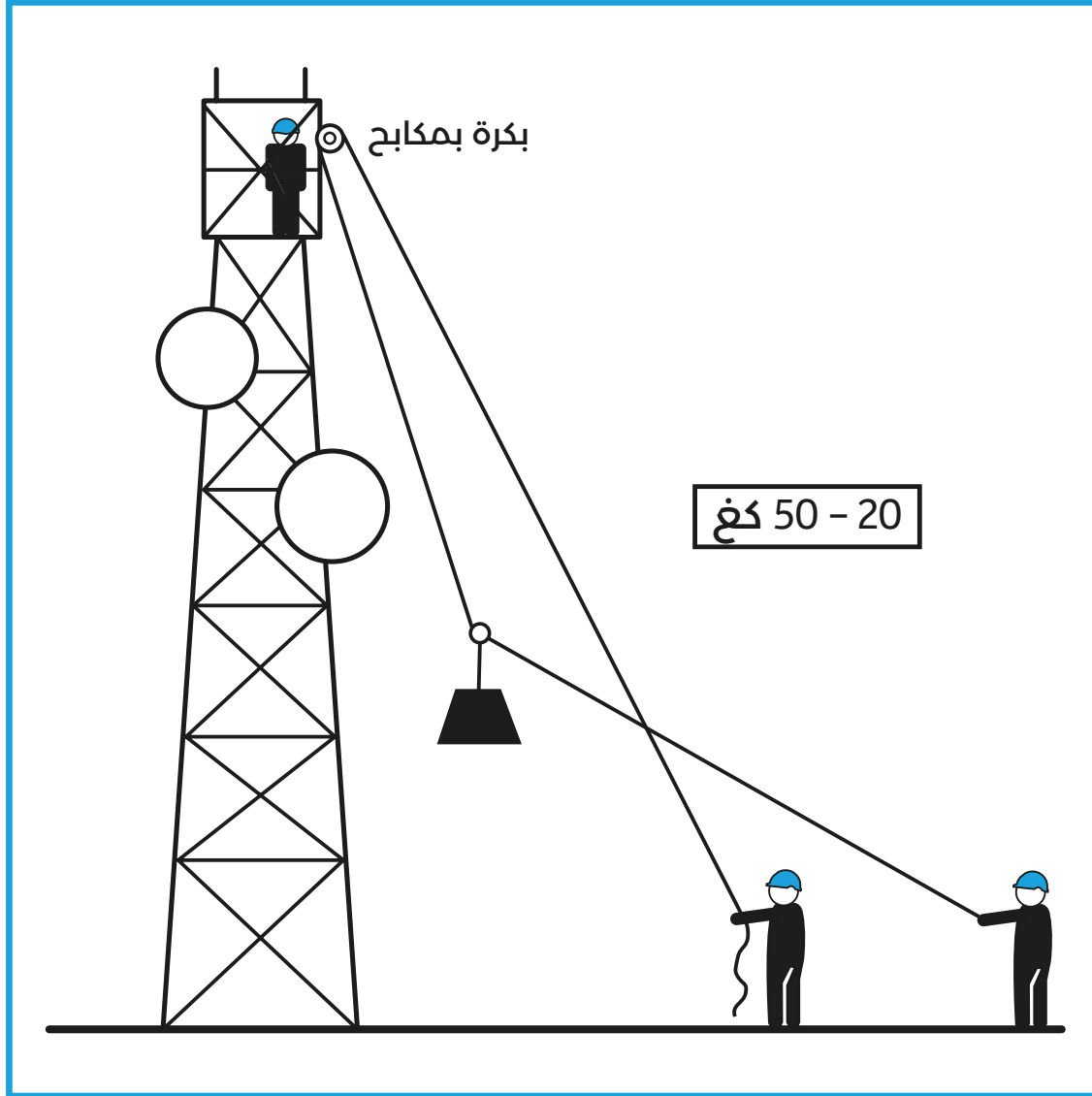
10 - 20 كغ



تأكد من أن لديك
ما يكفي من
الأفراد والتجهيزات
المطلوبة للقيام
بعملية الرفع بأمان
حبل وبكرة - شخصين

اعمال الرفع

20 - 50 كغ



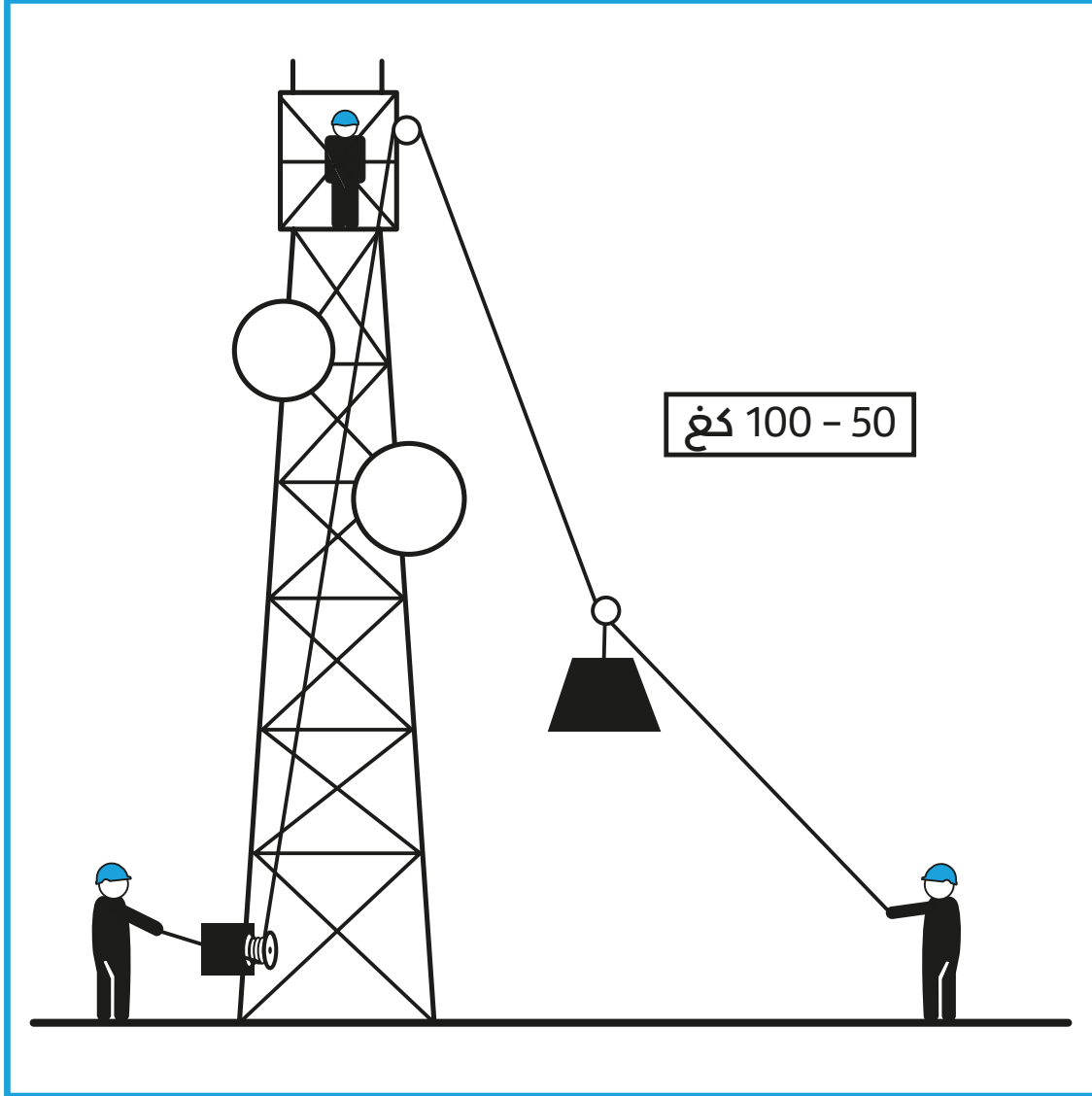
تأكد من أن لديك
ما يكفي من
الأفراد والتجهيزات
المطلوبة للقيام
بعملية الرفع بأمان

حبل، بكرة، حبل توجيه
وجهاز مانع للرجوع -
3 أشخاص

<

اعمال الرفع

50 - 100 كغ



تأكد من أن لديك
ما يكفي من
الأفراد والتجهيزات
المطلوبة للقيام
بعملية الرفع بأمان

حبل، بكرة، حبل
توجيه وونش رحوي -
3 أشخاص

< 100 كغ

هذا الحمل ثقيل.
تحتاج إلى تدريب
ومعدات خاصة

<

- هل كل فرد مؤهل وبصحة جيدة؟
- هل يعرف كل فرد ما يجب عليه فعله بوضوح؟
- هل كل فرد سعيد بدوره؟
- هل لدينا الأدوات والتجهيزات المطلوبة؟
- أي أسئلة؟

<

الكهرباء

<التدريب>

<العمل والكهرباء حية>

<الإبلاغ عن الأعطال>

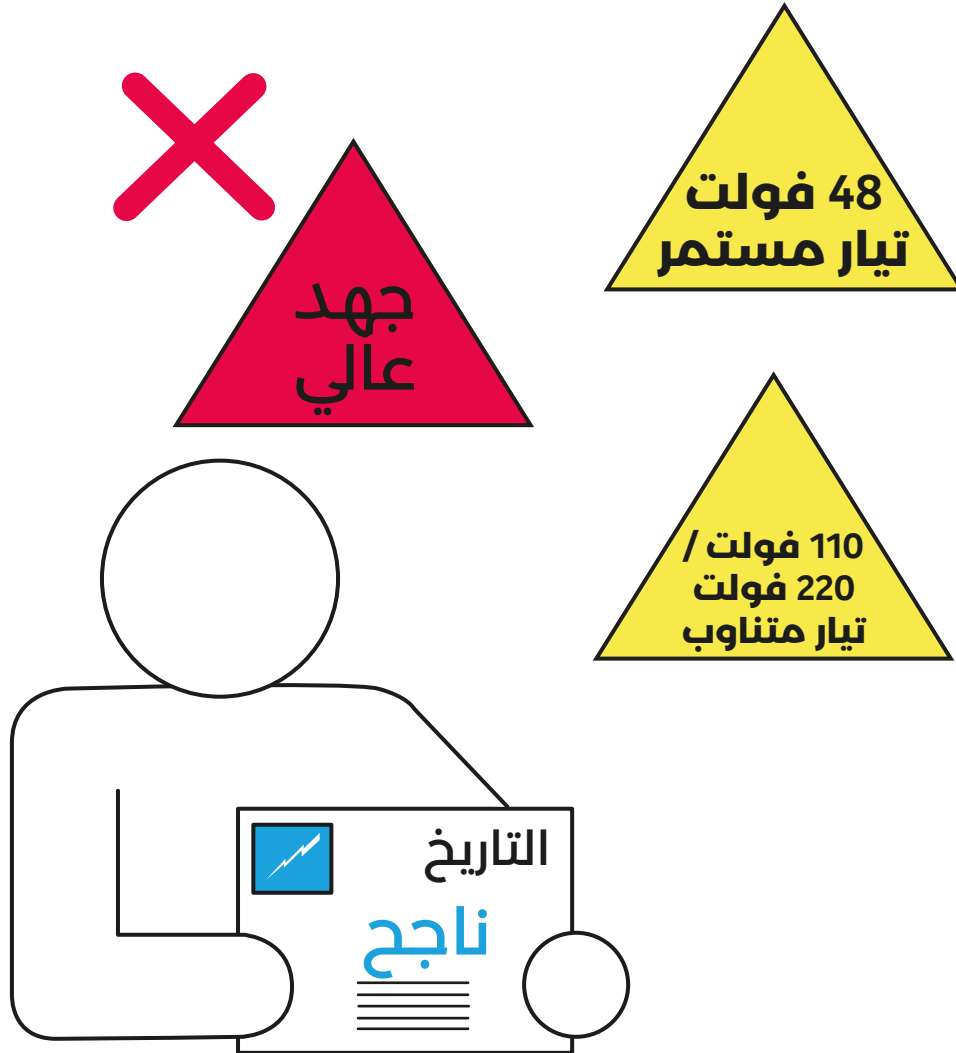
الكهرباء

التدريب

قم بالعمل
الذي تدرّبت عليه
وأصبحت مؤهلاً
له فقط

هل تعرف الأنواع
المختلفة للأنظمة
الكهربائية؟

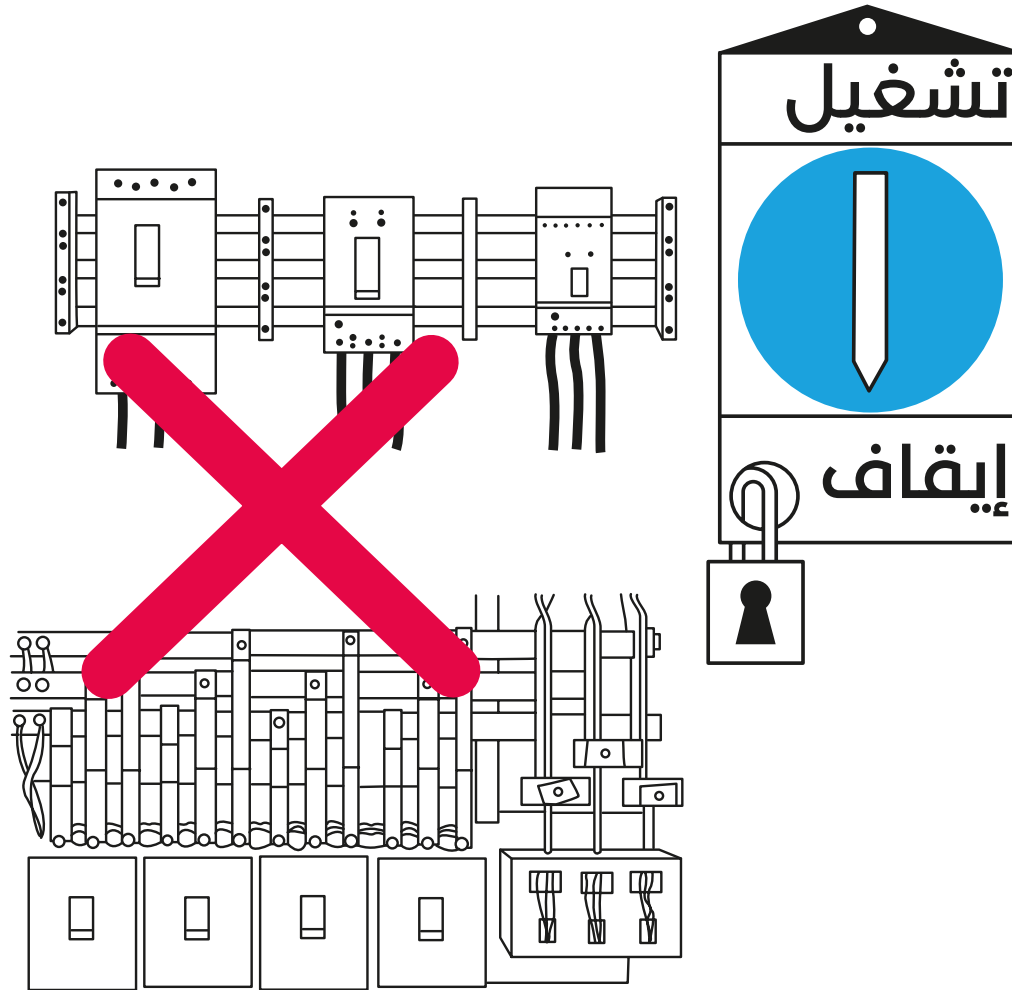
<



الكهرباء

العمل
والكهرباء حية

لا تقم بأعمال
والكهرباء حية
تأكد من الإيقاف
والفصل قبل أن
تبدأ العمل
تأكد من أن أحداً
لن يعيد التشغيل



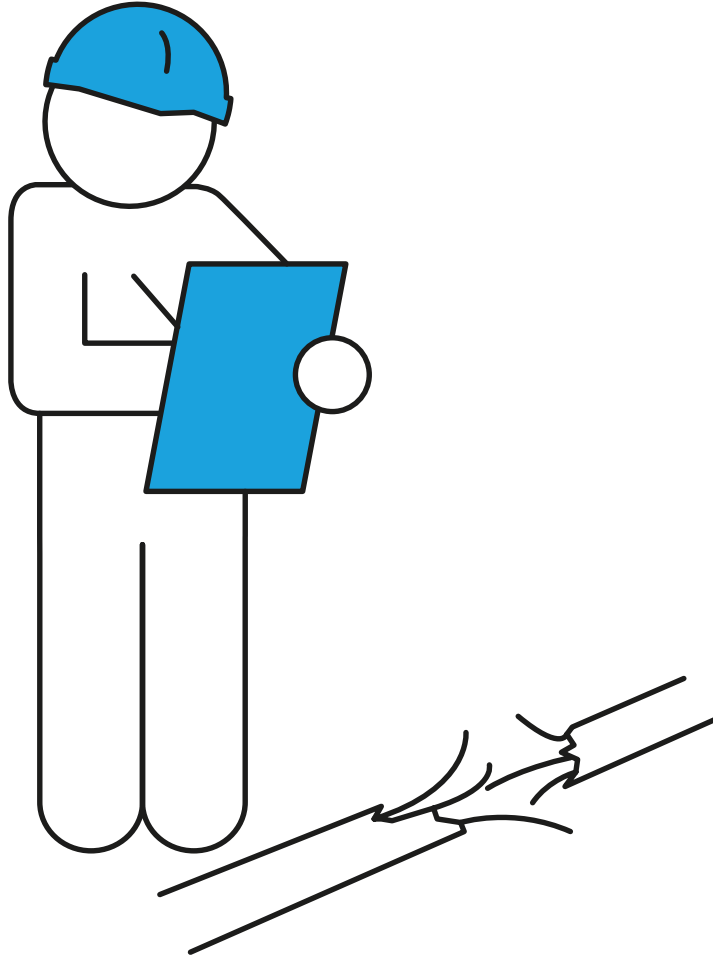
<

الكهرباء

الإبلاغ عن
الأعطال

لا تستخدم
تجهيزات فيها
أعطال

أبلغ عن الأضرار
والأعطال



<

- هل الجميع مؤهلون ومدربون للقيام بالأعمال الكهربائية؟
- هل تدرك أنه يجب ألا تعمل على معدات فيها كهرباء حية؟
- هل لديك الأدوات المطلوبة للمهمة؟
- أي أسئلة؟

<

تحت الأرض

<التمديدات الأرضية>

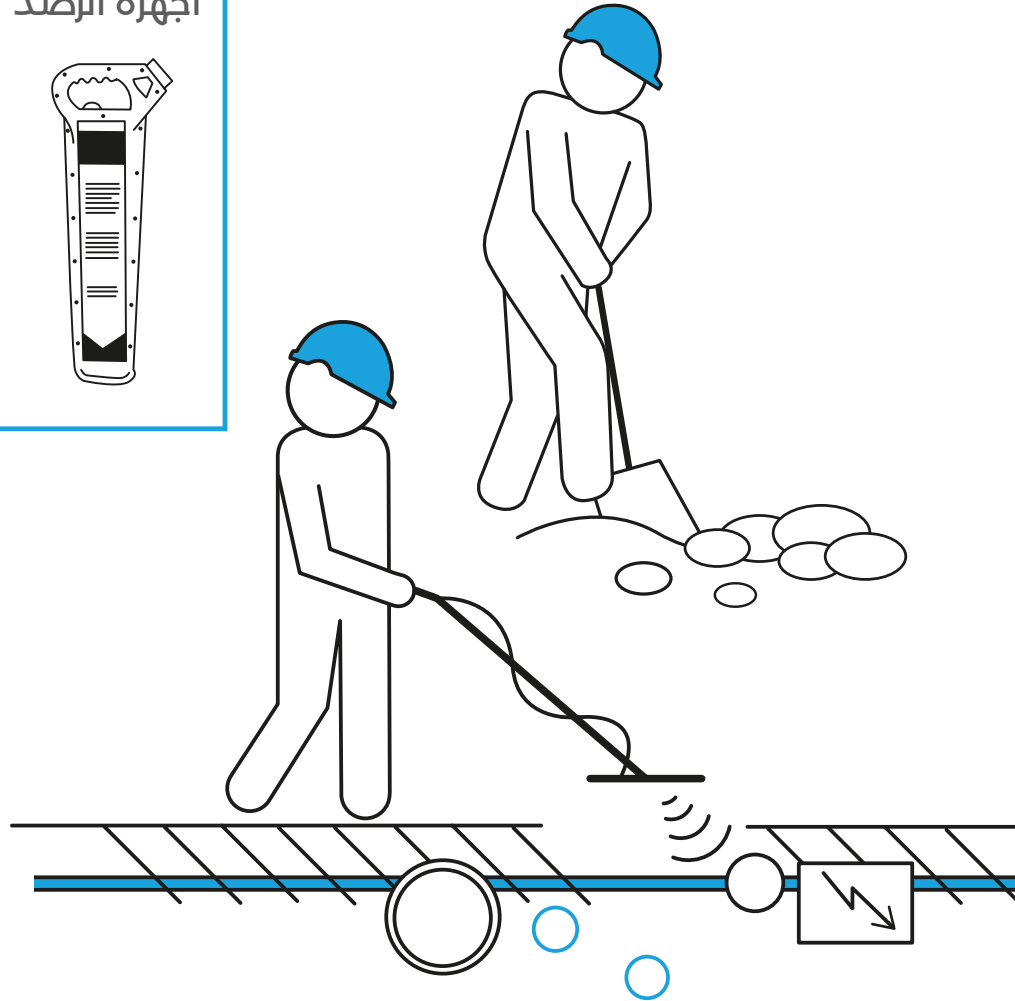
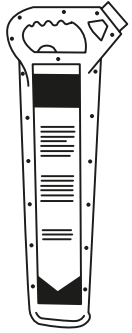
<الخنادق>



تحت الأرض

التمديدات الأرضية

أجهزة الرصد



حدد مواقع
المخاطر تحت
الأرض مثل الكابلات
الكهربائية وتجنبها

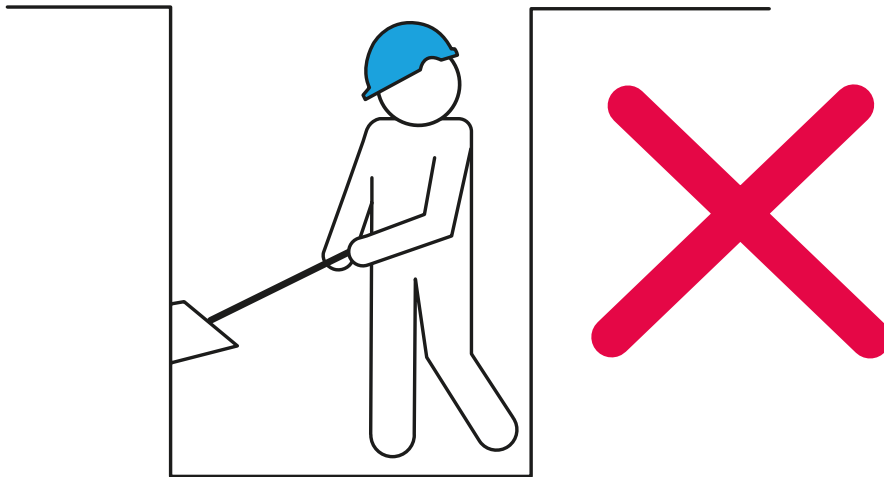
اظهر المخاطر
باستخدام الأدوات
اليدوية مثل المجارف.
تجنب استخدام
المعاول أو الأدوات
الحادة الأخرى

<

تحت الأرض

الضنادق

ابعد المواد
المستخرجة
من الحفر عن
حافة الخندق
المنحدرة



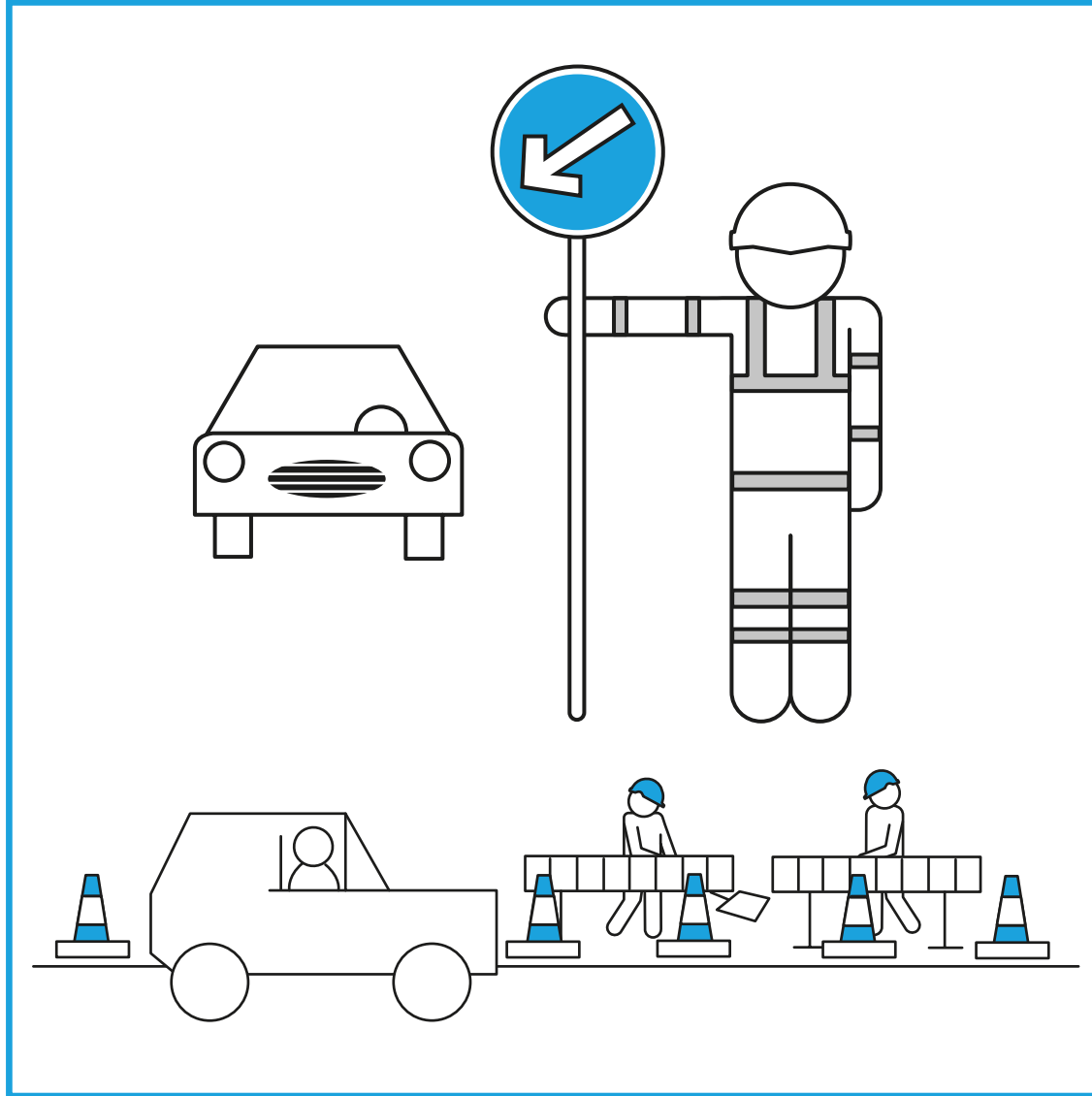
<

- هل علمت ماذا يوجد تحت الأرض قبل أن تبدأ الحفر؟
- هل فهمت أنك تحتاج إلى خندق منحدر الجانبين؟
- هل لديك الأدوات المطلوبة؟
- أي أسئلة؟



الاشغال على الطرقات

إدارة حركة المرور



استخدم الاشارات
الملائمة

ارتدي ملابس
شديدة الوضوح

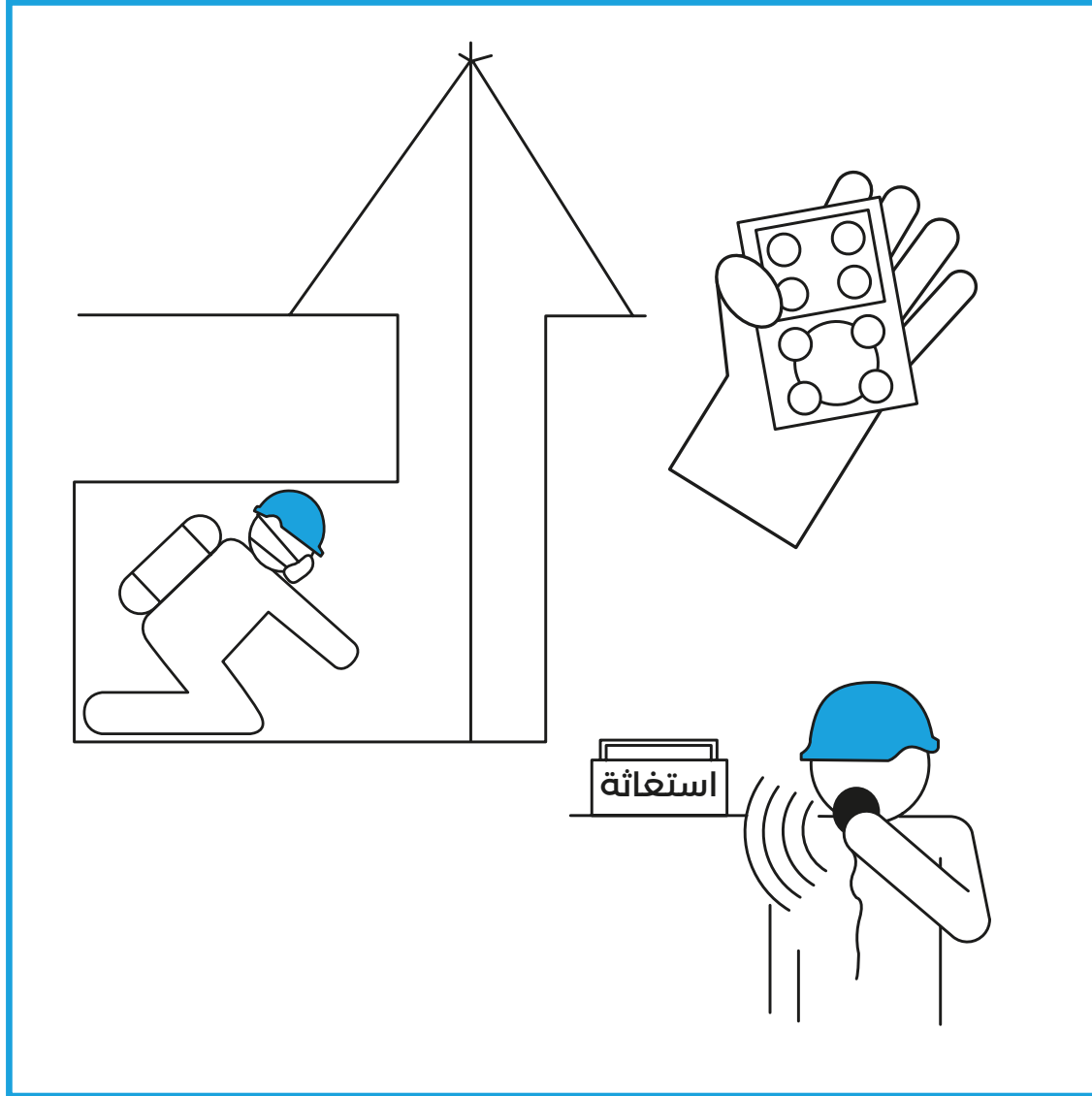
تكيف مع تقلبات
أحوال الطقس
وحركة المرور

<

- هل يعرف كل فرد ما يجب عليه فعله بوضوح؟
- أي أسئلة؟

العمل بالأماكن المغلقة

<



تأكد من عدم
وجود غاز

ممنوع العمل
وحيداً

امّن تجهيزات
الإنقاذ وضع
الخطط اللازمة

<

- هل يعرف كل فرد ما المطلوب منه بوضوح؟
- هل لديك الأدوات المطلوبة؟
- أي أسئلة؟

NOKIA

نوكيا

P.O.Box 226,
FI-00045
Finland

حقوق التأليف والنشر © نوكيا 2017

عن نوكيا

نوكيا شركة عالمية رائدة في ابتكار تقنيات تُعد محور التواصل في مختلف أنحاء العالم. ونستعين بما تتوصل إليه مختبرات بيل في نوكيا من أبحاث علمية وتقنيات مبتكرة لخدمة مقدمي خدمات الاتصالات والحكومات وكبرى الشركات والمستهلكين. على نحو يساهم في تعزيز هذا القطاع بحزمة متكاملة وشاملة من أفضل المنتجات والخدمات والتراخيص.

نحن نشكل مستقبل التكنولوجيا بما يساهم في تعزيز التجارب الإنسانية، من تمكين البنية التحتية لـ 5G وإنترنت الأشياء، إلى التطبيقات الناشئة في الواقع الافتراضي والصحة الرقمية.

www.nokia.com

CID: 202336