**حوادث المكتب**

|  |
| --- |
| **تذكير بأهداف هذه الوحدة:**في نهاية هذه الوحدة، سوف يكون المشاركون قد تمكنوا مما يلي:* معرفة المخاطر الرئيسية ذات الصلة بأنشطتهم اليومية في المكتب وأثناء الرحلات
* معرفة قواعد السلوك.
* القدرة على التمييز بين السلوك الجيد والسلوك السيئ في المكتب وأثناء الرحلات.
 |

تمثل هذه الوثيقة دليلاً لمدير الجلسة. ويمكنكم متابعتها لأنها تحتوي على جميع العناصر التي تساعدكم على تنشيط مثل هذه الوحدة، أي التعليمات الخاصة بالتمارين، والمراجع الخاصة بملف PowerPoint المُرافق و/ أو الموارد المختلفة، مثل الأفلام وبرامج التعلم الإلكتروني، والأسئلة التي يتم طرحها على المشاركين، والتمارين التي ينبغي تنفيذها، عند الاقتضاء.

**تقدير المدة الزمنية:** ساعة وعشرون دقيقة

**الأساليب التعليمية:** تقديم المشاركين بشكل شخصي.

**المتطلبات:** برنامج التعلم الإلكتروني الخاص بالقاعدة الذهبية رقم 2 في شأن المرور.

**نقاط جديرة بالاهتمام من أجل الإعداد للدورة:**

قبل البدء في تنشيط هذه الوحدة، ننصحك بالتأكيد على النقاط التالية:

* توافر عدد كافٍ لديك من كتيب "أمني وصحتي المهنية" من أجل المشاركين (كتيب لكل مشارك).
* توافر نسخة واحدة لكل مشارك من مخطط "حالات الخطر".
* إذا كان الموقع / الشركة التابعة معني من خلال استخدام المركبات ذات العجلتين، فيتم تخصيص قدر من الوقت لاستخدامها. كما يعرض محتواه للمخاطر ذات الصلة بالتنقل على مركبات ذات عجلتين، وكذلك الاحتياطات التي يجب تنفيذها.

**استقبال المشاركين:**

مرحبًا بكم في هذه الوحدة.

في البداية، دعونا نبحث معًا في أهداف هذه الوحدة، وكيفية سيرها.

**اعرض الشريحة رقم 2.**

سوف نرى معا ما هي المخاطر ذات الصلة بأنشطة المكتب، وما السلوكيات التي ينبغي اعتمادها لمواجهة هذه المخاطر، بما في ذلك خلال الرحلات من أجل الوصول إلى المكاتب ومغادرتها.

**تأكد من أن المحتوى واضح للجميع.**

**قُم بالإجابة عن الأسئلة المحتملة.**

**5 دقائق** **00:05**

**الدورة الأولى:**

***هدف الدورة****: فهم المشاركين للمخاطر المرتبطة بأنشطة المكتب، وهي مخاطر السقوط، والمخاطر الكهربائية، ومخاطر تدهور الوضع الصحي بسبب العمل أمام شاشة الكمبيوتر، ومخاطر الشحن والتفريغ.*

لنبدأ بالمخاطر ذات الصلة بالأنشطة في العمل في المكاتب.

**اعرض الشريحة رقم 3.**

ها هو مشهد ينطوي على حالات خطيرة في أحد المكاتب. أقترح عليكم تشكيل مجموعات زوجية وتحديد حد أقصى من الحالات واستنتاج المخاطر ذات الصلة بها.

**اترك المشاركين أنفسهم ينتظمون في مجموعات زوجية.**

**قُم بتدوين التعليمات على اللوحة، وتأكد من وضوح الهدف للجميع.**

**المجموعات لديها 30 دقيقة من أجل القيام بما يلي:**

* **تحديد الحد الأقصى من الحالات الخطيرة.**
* **استنتاج المخاطر ذات الصلة.**

**بعد 30 دقيقة، قُم بتنظيم نقاش لتبادل الآراء تقوم خلاله المجموعات بشرح الحالات الخطيرة التي وجدوها. وتدريجيًا، قُم بتدوين المخاطر على اللوحة.**

**وبعد المناقشة، وبجرد انتهاء المجموعات من إعطاء كل إجاباتهم، قُم بعرض الحالات على الشريحة (إنها تظهر محصورة بدائرة عند النقر فوقها)، اشكر المشاركين ثم قدم الشريحة رقم 4 حول أشهر 5 مخاطر يتعرض لها المكتب.**

**قُم بالإشارة إلى أن مخاطر الشحن والتفريغ سيتم تناولها بمزيد من التعمق في إحدى الوحدات.**

**اسأل عن أي نوع من الاحتياطات سوف يقوم المشاركون بتنفيذها لمعالجة كل من هذه المخاطر (قُم بتناول المخاطر واحد تلو الآخر). اكتب المخاطر على اللوحة.**

وللتصدي لهذه المخاطر، أقترح عليكم الآن القيام معًا توضيح كافة الاحتياطات التي قد تكون ذات صلة.

**اعرض كل الشرائح الثلاثة (الشرائح 5، و6، و7) طالبا من أحد المشاركين قراءة كل من هذه الشرائح بصوتٍ عالٍ.**

**إذا كانت لديك أسئلة، فاطلب الإجابة أولاً من المجموعة. لا تقم بالإجابة، وقم بالتعقيب فقط إذا كانت المجموعة غير قادرة على القيام بذلك.**

والآن بعد أن استعرضنا الاحتياطات، أقترح عليكم تكوين مجموعات زوجية، وتدوين 5 سلوكيات جيدة و5 سلوكيات سيئة في الحياة اليومية (السلوكيات التي كنتم قد لاحظتموها، والتي تبدو خطيرة في المكتب...).

**امنح المشاركين 5 دقائق، ثم اطلب من كل مجموعة استرجاع السلوكيات الجيدة الخمسة والسلوكيات السيئة الخمسة.**

**وعند الانتهاء، ومن أجل التلخيص، اعرض الشريحة رقم 8، وقُم بالتبديل من خلال تنظيم مائدة مستديرة سريعة:**

وبالنسبة لك؟ ما العلاقة التي تراها بين ما رأيناه منذ قليل، والاحتياطات، والسلوكيات الجيدة، والأنشطة اليومية الخاصة بك؟

**وبمجرد وصول الإجابات، قُم بتوضيح ما يلي:**

ما المخاطر التي تخصك بشكل مباشر؟

ما الإجراءات التي تنوي القيام بها عند العودة إلى مكتبك للحد من هذه المخاطر؟

**قُم بتنظيم مائدة مستديرة سريعة.**

**60 دقيقة** **01:05**

**الدورة الثانية:**

***هدف هذه الدورة****: لقد فهم المشاركون أن المخاطر ذات الصلة بالأنشطة في المكتب تشمل أيضا مخاطر السفر الخاصة بالذهاب إلى المكتب والعودة منه.*

أقترح عليكم الانتقال إلى مخاطر السفر (أي المنزل / العمل).

**حدِّد النطاق:**

* **السفريات التي تشمل قيادة السيارة**
* **السير على الأقدام**
* **تشكل المخاطر المتعلقة بقيادة المركبة في مجموعة توتال "Total" موضوعًا مخصصًا للتدريب.**

**لقد حضر جميع المشاركين برنامج التعلم الإلكتروني حول القاعدة الذهبية رقم 2: وللتذكير، اعرض الشريحة رقم 9 للقاعدة الذهبية رقم 2، ثم اسأل المشاركين إذا كانت لديهم أي تعليقات بشأن برنامج التعلم الإلكتروني هذا (صعوبات في التنفيذ، وعدم وضوح قضايا محددة، أو تعليق عام).**

**أجب عن جميع الأسئلة المحتملة، ثم قم بإجراء اتصال مع اللعبة موضحًا أنه سيكون بإمكانك تحديد مدى فهمك المخاطر من خلال اللعب.**

أقترح عليكم لعبة حول هذه القاعدة الذهبية الخاصة بالمرور.

**اعرض الشريحة رقم 10، واطلب من جميع الحاضرين تحديد الأخطاء السبعة التي تم إدخالها في هذا الشكل.**

* **1 السرعة**
* **2 الهاتف أثناء القيادة**
* **3 المعدات غير المؤمنة**
* **4 لوحات السيارات المنفصلة**
* **5 الوقوف على الخط الأبيض**
* **6 عدم وضع حزام الأمان من قِبل الركاب**
* **7 عدد الركاب كبير جدًا**

وكما فعلنا من قبل، أقترح عليكم الآن سرد السلوكيات الجيدة والسلوكيات السيئة حول السفريات التي تقومون بتنفيذها خلال الذهاب إلى المكتب، والرجوع منه.

**قُم بتنظيم ورشة عمل، كما تم في السابق، ثم اطلب من المشاركين تكوين مجموعات زوجية وسرد ثلاثة سلوكيات جيدة وثلاثة سلوكيات سيئة.**

**امنح المشاركين 5 دقائق، ثم قُم بتنظيم مائدة مستديرة لوضع الإجابات المشتركة.**

**وبمجرد الانتهاء، اشكر المشاركين، ومن ثم قُم بتوزيع كتيب "سلامتي وصحتي في المكتب"، واطلب من المشاركين قراءة الصفحتين 4 و5 مع التأكيد على السلوكيات التي يأملوا في تنفيذها الآن.**

**امنح المشاركين 5 دقائق، ثم اعرض الشريحتين 11 و12 "القاعدة الذهبية رقم 2 المطبقة على أنشطة المكتب"، واطلب من المتطوعين القراءة بصوتٍ عالٍ.**

**اشكر المتطوعين، والسؤال عما إذا كان ذلك واضحًا للجميع، وأجب عن الأسئلة، ثم قُم بتنظيم مائدة مستديرة لتمكين الجميع من إعطاء واحد أو اثنين من الإجراءات التي يرغبون في تنفيذها.**

**إذا كان الموقع معني من خلال استخدام المركبات ذات العجلتين، فيتم تخصيص قدر من الوقت لاستخدامها. كما يعرض محتواه للمخاطر ذات الصلة بالتنقل على مركبات ذات عجلتين، وكذلك الاحتياطات التي يجب تنفيذها.**

**قُم بتقديم الشكر.**

**15 دقيقة** **01:20**