

الصحة والسلامة في العمل - الابتعاد الجسدي

العمل مع الاتصال القريب يزيد من خطر التعرض لـ COVID-19

النصيحة الصحية الحالية [health advice](#) هي أنه يجب على الجميع، بما في ذلك الأشخاص في أماكن العمل، تنفيذ تدابير التباعد الجسدي حيثما أمكن ذلك.

يجب عليك التشاور مع العاملين وممثلي الصحة والسلامة بشأن مسائل الصحة والسلامة المتعلقة بـ COVID-19.

ما هو الإبتعاد الجسدي؟

حيثما أمكن، يجب على الجميع أن يبقى على مسافة 1.5 متراً على الأقل عن الآخرين (خارج الوحدة العائلية)

قد تفرض بعض الولايات والأقاليم [states and territories](#) أيضاً قيوداً على العدد الإجمالي للأشخاص الذين يمكن أن يكونوا في مكان العمل في وقت واحد.

ما هي تدابير الإبتعاد الجسدي التي يمكن لأصحاب العمل تنفيذها في مكان العمل؟

التصميم

قد تحتاج إلى إعادة تصميم تخطيط مكان العمل وتدفقات العمل الخاصة بك لضمان الابتعاد الجسدي. ضع علامات على الأرض أو الجدران لتحديد متطلبات الابتعاد .

في حالة تغيير تخطيط مكان العمل، يجب أن يسمح التصميم للعاملين بالدخول والخروج والتنقل في مكان العمل بأمان، سواء في ظروف العمل العادية أو في حالات الطوارئ.

الاجتماعات والتدريب

عندما تكون تجمعات الموظفين ضرورية، استخدم خيارات ليست وجهاً لوجه مثل قم بمقابلات على الهاتف أو بالفيديو. إذا لم يكن هناك خياراً أمامك سوى وجهاً لوجه، فاجعل وقت الاجتماع قصيراً وقلل من عدد الأشخاص.

تأكد من أن الناس على مسافة 1.5 متراً على الأقل عن بعضهم البعض. إذا كان في الداخل، تأكد من وجود تهوية كافية.

مرافق مكان العمل

ورَّع الأثاث وقلل من عدد العمال الذين يستخدمون المناطق المشتركة في وقت معين، مثل فترات الراحة المزدحمة. في المصاعد، تأكد من بقاء العمال على بعد 1.5 متراً عن بعضهم البعض، إن أمكن.

ضع لافتات عن الابتعاد الجسدي. يحتوي موقع [Safe Work Australia](#) على روابط لمجموعة من الملصقات والموارد [.of posters and resources](#).

ضع في اعتبارك توفير وسائل راحة منفصلة، على سبيل المثال حمامات منفصلة للعاملين وللزوار.

التوصيل والمقاولون والزوار

أعط أي شخص يدخل الى مكان العمل تعليمات واضحة لمتطلباتك أثناء وجوده في الموقع. على سبيل المثال، البقاء في السيارات، واستخدام الهواتف المحمولة للاتصال، واستخدام أوراق العمل الإلكترونية.

قلل من عدد العمال الذين يتعاملون مع التوصيلات والمقاولين. تأكد من توفر مرافق غسل اليدين، أو إن لم يكن ذلك ممكناً، فقم بتوفير معقم اليدين الذي يحتوي على الكحول بعد تداول التوصيلات.

لا يستطيع العاملون معي الحفاظ على المسافة الجسدية أثناء العمل، فهل هذا يعني أنهم لا يستطيعون العمل؟

لن يكون دائماً باستطاعة العاملين وغيرهم أن يبقوا على مسافة 1.5 متراً في جميع الأوقات في مكان العمل. إذا كان هذا هو الحال، فكر فيما إذا كان يجب إكمال المهمة أو يمكن إعادة جدولتها.

إذا كان لا بد من إكمال المهمة وكان العاملين على اتصال قريب، يجب على أصحاب العمل إجراء تقييم للمخاطر لتحديد ما يمكنهم القيام به للقضاء على مخاطر الصحة والسلامة أو تقليلها.

قم بمراجعة المهام والعمليات التي تنطوي على تعامل قريب حيثما كان ذلك عملياً وأمناً. حدد طرق تعديلها لزيادة المسافة.

وإن لم يكن ذلك ممكناً، قلل من الوقت الذي يقضيه العمال في الاتصال القريب وقم بتنفيذ تدابير التحكم الأخرى.

فمثلاً:

- قلل من عدد الأشخاص داخل مساحة ما في أي وقت
- غير أوقات البدء والانتهاج والاستراحة
- أنقل مهام العمل إلى مناطق مختلفة من مكان العمل، أو خارج الموقع

- افصل العمال إلى فرق تعمل في نفس وردية العمل أو في مساحة معينة - ضع في اعتبارك ما إذا كان يمكن أن يكون للفرق مناطق خاصة للوجبات أو مرافق للاستراحة، و
- تأكد من أن كل عامل لديه معداته أو أدواته الخاصة.

المراجعة والرصد المستمران

قم برصد ومراجعة الابتعاد الجسدي للتأكد من أنه يتم اتباع التدابير وتبقى فعالة. إذا كانت إجراءات الإبعاد الجسدي تنطوي على مخاطر جديدة تتعلق بالصحة والسلامة، مثل تأثيرها على التواصل أو تؤدي إلى تقليل عدد الأشخاص الذين يقومون بمهمة، فأنت بحاجة إلى إدارة تلك المخاطر أيضاً.

معلومات إضافية

لمزيد من المعلومات حول COVID-19 والصحة والسلامة في العمل، اذهب إلى موقع [Safe Work Australia website](https://www.swa.gov.au/coronavirus)