



مكتب
العمل
الدولي
جنيف

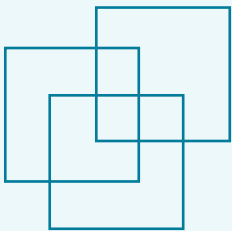


المعهد العربي
للصحة والسلامة
المهنية
دمشق

المياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل

دليل للتدريب الذاتي

ترجمة
المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية
دمشق 2017





مكتب
العمل
الدولي
جنيف

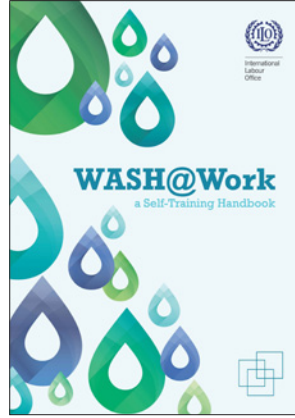


المعهد العربي
للصحة والسلامة
المهنية
دمشق

المياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل دليل للتدريب الذاتي

الترجمة
الدكتور بسام أبو الذهب
لصالح المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية، دمشق
2017

مكتب العمل الدولي، جنيف



صورة غلاف الكتاب الأصلي

نُشرت الطبعة الأصلية لهذا العمل من قِبَل مكتب العمل الدولي، جنيف، تحت عنوان:

WASH@Work: a Self-Training Handbook

حقوق النشر © 2016 منظمة العمل الدولية، جنيف

حقوق النشر للطبعة العربية © 2017 المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية، دمشق

وقد تمت ترجمته وإعادة إصداره بموافقة مكتب العمل الدولي.

لا تنطوي التسميات المستخدمة في منشورات منظمة العمل الدولية، التي تتفق مع تلك التي تستخدمها الأمم المتحدة، ولا العرض الوارد فيها للمادة التي تتضمنها، على التعبير عن أي رأي كان من جانب مكتب العمل الدولي بشأن المركز القانوني لأي بلد أو منطقة أو إقليم أو لسلطات أي منها، أو بشأن تعيين حدودها.

ومسؤولية الآراء المعبر عنها في المواد أو الدراسات أو المساهمات الأخرى التي تحمل توقيعاً هي مسؤولية مؤلفيها وحدهم، ولا يمثل النشر مصادقة من جانب مكتب العمل الدولي على الآراء الواردة فيها.

والإشارة إلى أسماء الشركات والمنتجات والعمليات التجارية لا تعني مصادقة مكتب العمل الدولي عليها، كما أن إغفال ذكر شركات أو منتجات أو عمليات تجارية ليس علامة على عدم إقرارها.

لا يقر مكتب العمل الدولي بالمسؤولية عن صحة الترجمة العربية أو عدم الدقة أو الأخطاء أو الحذف أو العواقب التي تنشأ عن الاستخدام أو ما يتعلق به.

مقدمة مكتب العمل الدولي

يُوثق جيداً الارتباط بين الصحة وتوفير المياه الآمنة ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية. لأن أماكن العمل تمثل محوراً رئيسياً في حياة العمال وأصحاب العمل، فإن توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية في أماكن العمل يمكن أن يسهم بشكل كبير في الصحتين المهنية والعامة على السواء. في محاولة للمضي قدماً نحو هدفي التنمية المُستدامة (SDGs) السادس لضمان حصول الجميع على المياه والإصحاح، والثامن لضمان العمل اللائق والنمو الاقتصادي المُستدام، فإنه من الأهمية بمكان اقتراح حلول فعّالة تحسّن ظروف العمل وتزيد من الإنتاجية وتصل إلى المجتمعات الأكثر ضعفاً. يتطلب العمل من أجل هذه الأهداف الطموحة جهوداً مُتسقة من قِبل الحكومات والعمال وأصحاب العمل على مستويات متعددة.

يعزّز مكتب العمل الدولي العمل اللائق في شتى القطاعات الاقتصادية وعلى المستوى الوطني في سلاسل التوريد العالمية. اعتمدت الدول الأعضاء في مكتب العمل الدولي والشركاء الاجتماعيون (منظمات أصحاب العمل والعمال) مجموعة واسعة من الصكوك الدولية بغية تعزيز السلامة والصحة المهنيين كجزء من هذا الجهد. لقد طوّر مكتب العمل الدولي أيضاً أدوات تدريبية عديدة، منها تحسين العمل في المنشآت الصغيرة (Work Improvements in Small Enterprises-WISE)، وتحسين العمل في الخدمات الصحية (Work Improvements in Health Services-HealthWISE)، وتحسين العمل في تنمية الجوار (Work Improvement in Neighbourhood Development-WIND)، وتعديل العمل من أجل إعادة استعمال النفايات وإدارتها (Work Adjustment for Recycling and Managing Waste-WARM)، وتحسين العمل للمنزل الآمن (Work Improvement for Safe Home-WISH)، وتحسين العمل في مواقع التشييد الصغيرة (Work Improvement in Small Construction Sites-WISCON).

يسلط معظم هذه الأدوات الضوء على أهمية إتاحة المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية في مكان العمل بغية تحقيق الأهداف الاستراتيجية لمكتب العمل الدولي. يُعتبر الاقتصاد الريفي أولوية استراتيجية لمكتب العمل الدولي، الذي من أجله المياه والإصحاح والقواعد الصحية هامة على وجه الخصوص كوسيلة لتحسين ظروف العمل. تتضمن المبادرات الأخرى البحوث لزيادة المعرفة لمعظم السياسات العامة ذات الصلة من أجل العمال وعائلاتهم في هذا المجال.

لتحقيق هذه الأهداف، تقدم أقسام السياسات القطاعية والحوكمة والهيكل الثلاثي في مكتب العمل الدولي أربع وحدات للتدريب الذاتي وهي توائم الأدوات التدريبية الراهنة لمكتب العمل الدولي بشأن السلامة والصحة المهنيين لتزويد الحكومات والعمال وأصحاب العمل بالمهارات اللازمة لتنفيذ المبادئ العامة الواردة في صكوك مكتب العمل الدولي ذات الصلة. إنها أيضاً المساهمة الرئيسية لمكتب العمل الدولي في مبادرة المياه والإصحاح والقواعد الصحية من أجل العمل (WASH4WORK) التي أُطلقت في مقر الأمم المتحدة (UN) في اليوم العالمي للمياه لعام 2016 بالتعاون مع العديد من الأعضاء والشركاء في صندوق الأمم المتحدة للمياه (UN-Water)؛ وحيث تسعى هذه المبادرة إلى خلق وعي بين الحكومات وأصحاب العمل والعمال بشأن هذه القضايا.

ستوفر هذه الوحدات المهارات الأساسية للممارسين من الحكومات، ومنظمات العمال وأصحاب العمل لتنفيذ المعايير ومدونات الممارسات ذات الصلة لمكتب العمل الدولي. يتضمن ذلك إدراك أهمية توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية المناسبة؛ وكيفية تهيئة أماكن العمل لجعلها مناسبة للعمال لتوفير بصورة مناسبة وبسهولة مرافق المياه والإصحاح والقواعد الصحية؛ والإشراف على تجهيزات ومرافق المياه والإصحاح والقواعد الصحية. تتضمن هذه الوحدات أيضاً قوائم تحقّق يُمكن أن تساعد في تحسين ظروف العمل والإنتاجية.

أعد مشروع الوحدة الأولى Halshka Graczyk، Pia Markkanen، و Carlos R. Carrión-Crespo، وأعد مشروع الوحدات المتبقية Halshka Graczyk. نود أن نشكر Mr Akira Isawa، نائب مدير قسم السياسات القطاعية، الذي نسق هذا العمل، وكافة زملاء الذين أسهموا في تطوير المسودة وهم: Manal Azzi، Pavan Baichoo، و Alejandra Cruz Ross، و Margherita Licata، و Sabine de Bruijn، و Mariangels Fortuny، و Graciela Jolidon، و Kelly Sharp، و Amrita Sietaram، و Gabriel Rompré، و Céline Moreau، و Yasuhiko Kamakura.

وBrandt Wagner، وEdmundo de Werna Magalhães، وChristiane Wiskow، وMonique Zarka-Martres، وجميعهم من مكتب العمل الدولي، بالإضافة إلى Sara Traubel من مجلس الأعمال العالمي للتنمية المُستدامة، وGabriela Galíndez من منظمة المياه والإصحاح للفقير الحضري، وMaisoon Chowdhury من مؤسسة الأمم المتحدة (UN)، وLizette Burgers، وCindy Kushner، وBrooke Yamakoshi من صندوق الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF). فضلاً عن ذلك نود أن نشكر مستشاري WaterAid's hygiene and inclusion، وOm Prasad Gautam، وThérèse Mahon، وJane Wilbur، وMegan Wilson-Jones ومستشاري الإصحاح sanitation and inclusion، وهم Andrés Hueso، وRémi Kaupp، وAda Oko-Williams، وJane Wilbur، حيث نُسقت مساهماتهم من قِبَل Hannah Greig.

نأمل بأن تكون هذه الوحدات مفيدة في تعزيز النهج العملي الذي يتيح لكافة أصحاب المصلحة المساهمة في تحقيق أهداف التنمية المُستدامة (SDGs).

Moussa Oumarou

مدير
قسم الحوكمة والهيكل الثلاثي

Alette van Leur

مدير
قسم السياسات القطاعية

مقدمة المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية

يعتبر توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية حقاً من حقوق الإنسان الأساسية، كما تعتبر أمراض الإسهالات والوفيات الناجمة عنها من الآثار الصحية الوخيمة الناجمة عن مرافقها السيئة، وعن نقص المعرفة. ولأن أماكن العمل تمثل محوراً رئيسياً في حياة العمال وأصحاب العمل، فإن توفير مرافقها في أماكن العمل يمكن أن يسهم بشكل كبير في تحسين الصحة المهنية والعامة على السواء. ولا ينبغي أن ننسى أن هدف التنمية المُستدامة السادس يتعلق بضمان حصول الجميع على المياه والإصحاح، وأن الهدف الثامن يتعلق بضمان العمل اللائق والنمو الاقتصادي المُستدام.

لقد تضمنت العديد من اتفاقيات وتوصيات العمل الدولية والعربية أحكاماً وبنوداً كثيرة بشأن توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية كوسيلة للوقاية من المرض لدى العمال ولرفع معنوياتهم ولتعزيز رفاههم ولزيادة إنتاجيتهم.

نظراً لأهمية هذا الدليل المخصص للتدريب الذاتي الصادر عن مكتب العمل الدولي، يسرنا أن نضع بين أيدي قراءنا الأعزاء هذا الدليل على أنه مرجعاً مفيداً رائداً في هذا المجال، كما أنه أول إصدار من نوعه للمعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق في هذا الموضوع النوعي.

يشتمل الدليل على أدلة تدريبية لثلاث وحدات: المياه والإصحاح والقواعد الصحية، وأدلة عمل تتضمن نقاط تحقُّق وشرح «لماذا» بعض الإجراءات ضرورية، و«كيف» يمكن اتخاذ الإجراءات، حيث تأتي أدلة العمل تلك بعد الأدلة التدريبية لوحدات المياه والإصحاح والقواعد الصحية؛ ويتضمّن كل دليل عمل لكل وحدة ثلاثة أدلة فرعية الأول موجّه للحكومات والثاني موجّه لأصحاب العمل والثالث موجّه للعمال.

تتضمن وحدة المياه ثلاثة أدلة تدريبية بشأن مياه الشرب الآمنة، والمياه الآمنة للقواعد الصحية الشخصية وللوقود الصحية في مكان العمل، وتصريف المياه ومكافحة نواقل الأمراض والأخطار المرتبطة بالمياه؛ وتتضمن وحدة الإصحاح ثلاثة أدلة تدريبية بشأن المرافق الصحية، وإدارة المياه العادمة والحمأة البرازية، وإدارة الفضلات الصلبة والتخلص منها؛ وتتضمن وحدة القواعد الصحية خمسة أدلة تدريبية بشأن القواعد الصحية للبيدين، والاختزال بالدوش والاستحمام، وغسل الملابس، والقواعد الصحية للغذاء، وإدارة القواعد الصحية للحَيْض.

الدليل موجه للحكومات ولأصحاب العمل وللعمال لجعل أماكن العمل آمنة وصحية ومُنتجة عبر تعزيز إطار تعاوني وتنسيقي بينهم، ومن خلال نهج العمل اللائق، باستخدام الأدلة التدريبية وأدلة العمل الواردة في هذا الكتاب الهام.

ختاماً نجد لزاماً علينا أن نتوجه بخالص شكرنا وجزيل امتناننا إلى مكتب العمل الدولي في جنيف لتكرّمه بمنحنا الموافقة والتمويل لترجمة الدليل الأصلي الصادر باللغة الإنجليزية ولدعمه المستمرّ لأنشطة المعهد.

كما نشكر الدكتور بسام أبو الذهب للجهد الذي بذله في ترجمة هذا العمل الهام وله منا كل التقدير.

والله ولي التوفيق.....

القائم بأعمال مدير المعهد

الدكتورة رانية رشدية

ملاحظة عامّة

يشير مصطلح WASH الوارد في عنوان الدليل باللغة الإنجليزية إلى ثلاثة تعابير؛ حيث يعتبر حرفا W و A الحرفين الأول والثاني من كلمة Water، وقد قمنا بترجمتها إلى اللغة العربية بكلمة «المياه أو الماء»؛ وحرف S الحرف الأول من كلمة Sanitation، وقد قمنا بترجمتها إلى اللغة العربية بكلمة «الإصحاح»؛ وحرف H الحرف الأول من كلمة Hygiene، وقد قمنا بترجمتها إلى اللغة العربية بكلمتي «القواعد الصحية»؛ حيث اعتمدنا في الترجمة العربية لتلك الكلمات الثلاث على ما ورد في النص العربي لاتفاقيات وتوصيات العمل الدولي التي أصدرها مكتب العمل الدولي باللغة العربية أيضاً.

المحتويات

III	مقدمة مكتب العمل الدولي
IV	مقدمة المعهد العربي للصحة والسلامة
IX	الاختصارات
1	1. مدخل
1	1.1. كيف تُستخدم دليل المياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل؟
4	2. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في مكان العمل: نهج العمل اللائق
5	1.2. نهج تقييم الخطر
7	3. معايير العمل الدولية ومدونات الممارسات بشأن توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية
9	1.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في الاقتصاد الريفي
16	2.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في الاقتصاد الحَضْرِي
18	3.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في اقتصاد قطاع الخدمات
19	4.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في الأنشطة البحرية والأنشطة في عرض البحر
23	5.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية بما يتعلق بيئة العمل
25	4. استنتاجات
26	المراجع

الوحدة 1: المياه

30	الدليل 1.1. مياه الشرب الآمنة
30	1. تهديدات الأحياء الدقيقة (الميكروبات)
31	2. التهديدات الكيميائية
31	3. التهديدات الإشعاعية
39	الدليل 2.1. المياه الآمنة من أجل القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل
39	1. المياه من أجل القواعد الصحية الشخصية
40	2. المياه من أجل القواعد الصحية في مكان العمل
40	3. المياه من أجل القواعد الصحية للغذاء
41	الدليل 3.1. تصريف المياه، ومكافحة نواقل الأمراض، والأخطار المرتبطة بالمياه
41	1. تصريف المياه
42	2. تصريف المياه من أجل مكافحة نواقل الأمراض
42	3. الأخطار المرتبطة بالمياه
44	ح 1.1 دليل العمل للحكومات: المياه
49	أ 2.1 دليل العمل لأصحاب العمل: المياه
56	ع 3.1 دليل العمل للعمال: المياه

الوحدة 2: الإصحاح

62	الدليل 1.2. المرافق الصحية	دليل تدريبي
67	الدليل 2.2. إدارة المياه العادمة والحمة البرازية	دليل تدريبي
71	الدليل 3.2. إدارة الفضلات الصلبة والتخلص منها	دليل تدريبي
74	ح 1.2 دليل العمل للحكومات: الإصحاح	دليل العمل
78	أ 2.2 دليل العمل لأصحاب العمل: الإصحاح	دليل العمل
86	ع 3.2 دليل العمل للعمال: الإصحاح	دليل العمل

الوحدة 3: القواعد الصحية

92	الدليل 1.3. القواعد الصحية لليدين	دليل تدريبي
92	1 المَغاسيل (أو مرافق غسل اليدين الأخرى)	دليل تدريبي
93	2 المياه الجارية الصالحة للشرب	دليل تدريبي
93	3 الصابون أو بدائل الصابون	دليل تدريبي
94	4 مناشف اليدين أو المُجفِّفات	دليل تدريبي
97	الدليل 2.3. الاستحمام بالِدُوش والِاغْتِسَال	دليل تدريبي
97	1 لماذا يحظى الاغتسال المنتظم بالأهمية؟	دليل تدريبي
97	2 لماذا يحظى الاغتسال في مكان العمل بالأهمية؟	دليل تدريبي
99	3 لماذا يحظى الاغتسال في حالات الطوارئ بالأهمية؟	دليل تدريبي
101	الدليل 3.3. غسل الملابس	دليل تدريبي
103	الدليل 4.3. القواعد الصحية للغذاء	دليل تدريبي
105	1 حافظ على نظافتك	دليل تدريبي
105	2 إ فصل بين الطعام النيء والطعام المَطهُو	دليل تدريبي
105	3 أ طه الطعام طهيًا جيدًا	دليل تدريبي
105	4 حافظ على الطعام في درجات حرارة آمنة	دليل تدريبي
105	5 استخدم مياهاً ومواد أولية آمنة	دليل تدريبي
107	الدليل 5.3. إدارة القواعد الصحية للحَيْض	دليل تدريبي
109	ح 1.3 دليل العمل للحكومات: القواعد الصحية	دليل العمل
113	أ 2.3 دليل العمل لأصحاب العمل: القواعد الصحية	دليل العمل
122	ع 3.3 دليل العمل للعمال: القواعد الصحية	دليل العمل



الاختصارات

الداء الكلوي المزمن	Chronic kidney disease	CKD
منظمة الأمم المتحدة للأغذية والزراعة	Food and Agriculture Organization	FAO
تحسين العمل في الخدمات الصحية (منظمة العمل الدولية/ منظمة الصحة العالمية)	Work Improvements in Health Services (ILO/WHO)	HealthWISE
فيروس العوز المناعي البشري/ متلازمة العوز المناعي المكتسب	Human immune deficiency virus/Acquired immunodeficiency syndrome	HIV/AIDS
المرض المرتبط بالحرارة	Heat-related illness	HRI
مكتب العمل الدولي	International Labour Office	ILO
الاتحاد الدولي لعمال الأغذية	International Union of Food Workers	IUF
السلامة والصحة المهنيين	Occupational safety and health	OSH
معدات الوقاية الشخصية	Personal protective equipment	PPE
أهداف التنمية المُستدامة	Sustainable Development Goals	SDGs
الأمم المتحدة	United Nations	UN
صندوق الأمم المتحدة للطفولة	United Nations Children's Fund	UNICEF
المياه والإصحاح والقواعد الصحية	Water, sanitation and hygiene	WASH
تحسين العمل في المنشآت الصغيرة	Work Improvements in Small Enterprises	WISE
تعديل العمل من أجل إعادة استعمال النفايات وإدارتها	Work Adjustment for Recycling and Managing Waste	WARM
منظمة الصحة العالمية	World Health Organization	WHO
تحسين العمل في تنمية الجوار	Work Improvement in Neighbourhood Development	WIND
تحسين العمل في مواقع التشييد الصغيرة	Work Improvement in Small Construction Sites	WISCON
تحسين العمل من أجل المنزل الآمن	Work Improvement for Safe Home	WISH
البرنامج العالمي لتقييم المياه	World Water Assessment Programme	WWAP





1. مدخل

والقواعد الصحية في اتفاقيات قطاعية مختارة سُنِّدَ لتوضيح أهميتها ولتوفير فهم أفضل للموضوع. سيهيئ ذلك الطريق للوحدات التالية التي ستتناول المهارات التي تحتاج إليها الحكومات والشركاء الاجتماعيون بغية تعزيز معايير العمل الدولية بشأن السلامة والصحة المهنية أو الامتثال لتلك المعايير.

1.1. كيف تُستخدم دليل المياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل

إن هذا الدليل هو أداة للتدريب والعمل معاً، وهو مُصمَّم للإبلاغ للحكومات وأصحاب العمل والعمال بشأن الاحتياجات المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية في مكان العمل. إن الأداة مُصمَّمة لتشجيع كافة أصحاب المصلحة على المشاركة في جعل أماكن عملهم آمنة وصحية ومُنتجة. تتألف الأداة من مكونين أساسيين:

الأدلة التدريبية - توفر المعلومات الأساسية بشأن توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية في مكان العمل وتصف الأسباب التي تجعل من أحكام المياه والإصحاح والقواعد الصحية أساسية من أجل صحة العاملين ورفاههم. إن من مسؤولية كل فرد الحفاظ على مكان العمل صحياً والحفاظ على تطبيق القواعد الصحية هناك! لهذا السبب، إن هذه الأدلة التدريبية موجهة للحكومات وأصحاب العمل والعمال على حد سواء لتعزيز موضوع المياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل، من خلال التنسيق والتعاون. بعد كل ذلك، إن المعرفة هي قوة، وإن ضمان إبلاغ كافة أصحاب المصلحة هو مفتاح العمل المتضافر. علاوة على ذلك، من خلال التشاور وتبادل المعلومات بين الحكومات والشركاء الاجتماعيين بشأن المسائل الرئيسية للمياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل، فإنه يمكن تعزيز الحوار الاجتماعي باتجاه أماكن عمل أكثر أماناً، ومجتمعات أكثر أماناً، واقتصادات أكثر إنتاجاً.

تُقسَّم الأدلة التدريبية إلى وحدات منفصلة كما يلي:

- الوحدة 1: المياه
- الوحدة 2: الإصحاح
- الوحدة 3: القواعد الصحية

أدلة العمل - تتوفر في نهاية كل دليل تدريبي، وهي منفصلة عن بعضها اعتماداً على مسؤوليات الحكومات وأصحاب العمل والعمال. تتضمن أدلة العمل نقاطاً تَحَقَّق، وشرح «لماذا» بعض الإجراءات

أقرت الجمعية العامة للأمم المتحدة في عام 2010 بأن توفير المياه ومرافق الإصحاح الآمنة هو حق من حقوق الإنسان. التزمت جميع الحكومات في عام 2015 بالتوفير الشامل بحلول عام 2030 (الهدف 6 للتنمية المُستدامة). إن الحق بمياه الشرب الآمنة والإصحاح والقواعد الصحية أساسي لإدراك الحق في الصحة والرفاه، بما في ذلك الحق في الظروف الصحية المهنية والبيئية (الاتفاقية الدولية بشأن الحقوق الاقتصادية والاجتماعية والثقافية). يتضمن ذلك الحق توفير مياه الشرب الآمنة ومرافق الإصحاح المناسبة (الأمم المتحدة 2016). إن النقص في توفير مياه الشرب الآمنة ومرافق الإصحاح يحد أيضاً من قدرة فقراء الريف على العمل من أجل الخروج من الفقر (مكتب العمل الدولي 2008 التقرير IV) ويعيق المساواة بين الجنسين.

رغم أن هذه الحقوق التي أُقرَّت عالمياً، تحدث سنوياً حوالي 400,000 حالة وفاة بسبب الأمراض السارية، وإن العوامل الرئيسية المساهمة القابلة للوقاية هي مياه الشرب ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية السيئة ونقص المعرفة (البرنامج العالمي لتقييم المياه - WWAP، 2016). إن الظروف السيئة للمياه والإصحاح والقواعد الصحية هي سبب شائع للأمراض والوفيات عالمياً (Uddin et al., 2016; Khanna and Das, 2015; Winter and Barchi, 2016). ثمة معرفة محدودة في البلدان متوسطة وقليلة الدخل بشأن المياه والإصحاح والقواعد الصحية في المواقع غير المنزلية، كما أن العمل، وقد أظهرت البيانات النادرة المتاحة أن توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية هو أقل في مواقع أماكن العمل منه في المواقع المنزلية (Cronk et al., 2015). أيضاً، لقد أخذ المجتمع الدولي علماً بأهمية الإصحاح مؤخراً فقط.

إن المجموعات السكانية المُعرَّضة لعدم توفّر العمل اللائق، لاسيما الأطفال، والنساء الريفيات، والفتيات المراهقات، والأشخاص المُعَوَّقين، والعمال المهاجرين غير المُؤثّقين، والمتشردين، والمجموعات السكانية ناقصة المناعة (مثلاً، الأشخاص المتعاشين مع فيروس العوز المناعي البشري/ متلازمة العوز المناعي المكتسب (HIV/AIDS) هم الأكثر تأثراً ويواجهون المخاطر الأكبر بما يتعلق بالصحة والسلامة بسبب الظروف السيئة للمياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل وخارج مكان العمل على السواء.

توفر الوحدة التالية سياسة وإطاراً قانونياً دولياً من أجل تعزيز ظروف العمل الآمنة والصحية من خلال توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية. إن المعلومات ذات الصلة لمكتب العمل الدولي والمؤسسات الأكاديمية بشأن الارتباطات بين توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية ونطاق أحكام المياه والإصحاح



تقدم الأداة أيضاً أمثلة للممارسات الجيدة، والتذكير، ومراجع لمواد تدريبية أخرى، وروابط على الشبكة (WEB). يمكن لمجموعات أصحاب المصلحة الرجوع إلى المعلومات المُقدّمة لتعزيز استخدام الأداة.

ضرورية، و«كيف» يمكن اتخاذ الإجراءات. تزود المربعات التي تلي قسم «كيف» بنقاط قابلة للتنفيذ، حيث ينبغي أن تؤخذ بعين الاعتبار من أجل الوفاء بنجاح بنقطة التَّحَقُّق ذات الصلة.

نهج متكامل

نهج خطوة بخطوة للعمل لكل مجموعة من أصحاب المصلحة

يتبع نقاط التَّحَقُّق في أدلة العمل قوائم تَحَقُّق لتقديم الإرشاد بشأن كل إجراء. ترمي قائمة التَّحَقُّق إلى مساعدتك في إدراك أفضل للاحتياجات والثغرات والاهتمامات، وإلى اتخاذ قرار بشأن أولويات العمل. توفر قوائم التَّحَقُّق خطوة أولى لتخطيط التحسينات بما يتعلق بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية.

لقد وُثِّقت جيداً في الماضي المشاكل المتعلقة بالمرض المهني الناجم عن النقص في توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية. لقد حان الوقت الآن لتسريع تنفيذ المبادئ الرئيسية التي يمكن أن تصل إلى المجتمعات الأكثر حساسية في جميع أنحاء العالم. إن الإجراءات المحتملة لتلبية تلك الاحتياجات تتطلب جهوداً مُنسَّقة من قِبَل الحكومات وحواراً اجتماعياً فعالاً بين الشركاء الاجتماعيين على عدة مستويات. لهذا السبب، فقد صُمِّم دليل المياه والإصحاح والقواعد الصحية ليكون أداة تَعَلَّم وعمل لكافة أصحاب المصلحة لاستخدامها بالتنسيق. عبر تسليط الضوء على الارتباطات بين مسؤوليات الحكومات وأصحاب العمل والعمال، فإن الأداة ترمي إلى تعزيز إطار تعاوني من أجل العمل.

كيف تستخدم قوائم التَّحَقُّق

إن قائمة التَّحَقُّق بسيطة لكنها هامة لضمان أن كافة أصحاب المصلحة أُخِذوا بعين الاعتبار. بالإمكان تحديد المسائل والثغرات المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل، ومن ثم يمكن توجيه التخطيط اعتماداً على الاهتمامات ذات الأولوية. فيما يلي خطوات لاستخدام قائمة التَّحَقُّق:

حدِّد مجموعة صغيرة من الأشخاص الذين لديهم خبرة في الموضوع، لكن يقومون أيضاً بوظائف مختلفة بغية الحصول على مجموعة متنوعة من وجهات النظر. أيضاً بإمكان عدد من الأفراد استكمال قائمة التَّحَقُّق، وثم يجمعون النتائج معاً. يمكن لهذا النهج التشاركي أن يوفر وجهات نظر مختلفة لما هي الاهتمامات الرئيسية وأولويات العمل.

قُم باستنساخ عدد كافٍ من قائمة التَّحَقُّق لكل شخص. تأكَّد أن كل شخص استعرض الأدلة التدريبية وأدلة العمل لفهم الأسئلة في قائمة التَّحَقُّق. قُم بإعداد آلة تصوير لالتقاط صور للمواضيع ذات الاهتمام، أو لتوثيق الممارسات الجيدة. يمكن أن تكون الصور الضوئية أدوات هامة لتقاسم الممارسات الجيدة وللإيحاء بشأن الإجراءات.

إِتْخِذِ القرار بشأن أي مناطق في مكان العمل ستؤخذ بعين الاعتبار لإجراء جولة فيها. سيكون المردود أكبر من خلال التركيز على مجالات عمل منفصلة إذا ما كنت تعمل في منشأة كبيرة.

إمض وقتاً أثناء الجولة في منطقة العمل مع الأخذ بعين الاعتبار كل نقطة في قائمة التَّحَقُّق. دَوِّن ملاحظات تفصيلية والتقط الصور الضوئية عند الحاجة. قُم بطرح الأسئلة على الأشخاص في المنطقة للحصول على فهم أفضل بشأن المخاوف المحتملة.

الخطوة 1:

أشرك مجموعة قائمة التَّحَقُّق

الخطوة 2:

قُم بإعداد المواد

الخطوة 3:

حدِّد المسائل أو مكان العمل*

الخطوة 4:

قُم بإجراء الجولة*

صَعَّ إشارة «✓» عند كلمة «نعم» أو «لا» استناداً إلى الجولة التي أجريتها. يعني وضع الإشارة عند كلمة «نعم» أن الإجراء أُتخذ. رغم ذلك، تذكّر أنه دائماً يمكن تحسينه! صَعَّ في الاعتبار أن الظروف قد تتغير أيضاً مع مرور الزمن. يعني وضع الإشارة عند كلمة «لا» أن الإجراء لم يُتخذ وثمة حاجة إلى الانتباه. ثمة حاجة إلى اتخاذ إجراءات لتحقيق هذه النقطة.

حُذِّبَ بعين الاعتبار ما تعلمته في الأدلة التدريبية وأدلة العمل لتوجيه أفكارك واقتراحاتك من أجل التحسينات أو التغيير؛ دَوَّنْهَا في المربع المخصص لذلك.

فكّر بشأن أهمية النقاط المختلفة في قائمة التَّحَقُّق. إتخذ قراراً بشأن المسائل التي تشكل الخطر الأكبر وينبغي لذلك أن تؤخذ بعين الاعتبار كأولويات للعمل. صَعَّ إشارة عند مربع «أولوية» من أجل هذه المسائل.

لاحظ شتى النقاط في قائمة التَّحَقُّق حيث وُضعت إشارة في مربع «أولوية». اتفق مع مجموعتك على ترتيب الأولويات وناقش كيف يمكن اتخاذ الإجراءات.

ناقش مع مجموعتك كيفية التعامل بكفاءة مع ترتيب الأولويات. صَعَّ جدولاً زمنياً وحدد المسؤوليات مع أهداف قابلة للتحقيق. اضمن أن كافة أعضاء المجموعة فهموا خطة العمل ووضعتها موضع التنفيذ.

* قد لا تتطلب بعض نقاط قائمة التَّحَقُّق، لاسيما من أجل الحكومات، إجراء جولة وينبغي المواءمة وفقاً لذلك.

ملاحظة هامة: من فضلك وائمه نقاط التَّحَقُّق وفقاً لوضعك - إنها أدواتك ويجب أن تكون ذات صلة بوضعك.



الخطوة 5:

قُم باستكمال قائمة التَّحَقُّق

الخطوة 6:

حُذِّبَ بعين الاعتبار الاقتراحات

الخطوة 7:

إتخذ قراراً بشأن الأولويات

الخطوة 8:

اتفق على ترتيب الأولويات

الخطوة 9:

صَعَّ خطة عمل

2. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في مكان العمل: نهج العمل اللائق

في فييتنام، فعلت بعض المصانع بصورة أفضل عندما تجاوزت مجرد تجنب الظروف المرتبطة بالمصانع المُستغلة للعمال وبدلاً من ذلك خلقت مكان عمل مريح بيئياً ويمنح الثقة، بما في ذلك الرضا بسبب وجود المياه وغرف الراحة. لقد كانت الربحية أعلى بمقدار 7.6 بالمئة حيث عبر العاملون عن ارتياح أكبر بسبب وجود المياه، وتحقيق جودة الهواء، وغرف الراحة، والمقاصف والخدمات الصحية التي قدمها المصنع، مع الاحتفاظ بعوامل أخرى ثابتة. (ILO 2015c Brown et al., 2015). تساعد هذه التدابير العاملين على استعادة الطاقة خلال أيام العمل الطويلة، وازدياد الإنتاجية، وتناقص التعب والأمراض المرتبطة بالعمل والغياب عن العمل.

أدى تركيب سبعة مُبرِّدات للمياه بتكلفة متواضعة إلى ازدياد كبير في مستوى الانتباه لدى العاملين وكفاءتهم، ونجم عن ذلك عائدات في أداء 300 عامل في مصنع *Confection et Emballages* بهاتي عوضت بمقدار كبير عن تكلفة المُبرِّدات (Di Martino et al., 2003). وجد المركز الاستشاري الروسي - البريطاني في روسيا أن تركيب مُرْسُح تجاري على الصنبور في المطبخ الصغير في المكتب الصغير زود بالمياه بتكلفة أقل بمقدار 10 بالمئة من تكلفة المياه المعبأة بالقوارير (Wanjek, 2005).

إن الكثير من المناقشات العامة لاتفاقيات منظمة العمل الدولية سلَّط الضوء على أهمية الأحكام المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية كوسيلة لزيادة الإنتاجية عبر تقليل الأمراض المنقولة بنواقل الأمراض: على سبيل المثال، اتفاقية القواعد الصحية (التجارة والمكاتب)، 1964 (رقم 120)؛ واتفاقية السلامة والصحة في الزراعة، 2001 (رقم 184). ثمة عوامل أخرى تدعم تعزيز توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية؛ على سبيل المثال، إن المرافق الجيدة لإدارة القواعد الصحية للحَيْض تدعم صحة العاملات وكرامتهن ومشاركتهن (Sommer et al., 2016).

يلخّص العمل اللائق تطلعات الأشخاص في حياتهم المهنية. إنه ينطوي على فرص للعمل المنتج ويوفر دخلاً عادلاً، والأمان في مكان العمل والحماية الاجتماعية للأسر، وآفاقاً أفضل للتطوير الشخصي والاندماج الاجتماعي، وحرية للأشخاص للتعبير عن اهتماماتهم، وتنظيم المشاركة في القرارات التي تؤثر على حياتهم، وتكافؤ الفرص والمعاملة لكافة النساء والرجال.

لقد كان تعزيز ظروف العمل الآمنة والصحية هدفاً أساسياً لمنظمة العمل الدولية منذ تأسيسها في عام 1919. لقد طوّرت المنظمة مجموعة هامة من الصكوك الدولية والوثائق التوجيهية لمساعدة الحكومات والشركاء الاجتماعيين في تعزيز قدراتها للوقاية من المخاطر والأخطار في مكان العمل وإدارتها. في عام 2016، دعا قرار مؤتمر العمل الدولي بشأن العمل اللائق في سلاسل التوريد العالمية الحكومات لتنفيذ تدابيرها لتحسين السلامة والصحة المهنية لكافة العاملين، بما في ذلك سلاسل التوريد العالمية، مع زيادة الإنتاجية. يجب على العمال بدورهم أن يمارسوا دوراً هاماً في إدراك احتياجاتهم المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، وفي مراقبة بيئة عملهم.

إن تعزيز إنتاجية العامل هو حجة مركزية لأحكام المياه والإصحاح والقواعد الصحية في مكان العمل. قدرت منظمة الصحة العالمية (WHO) أن الاستثمارات في الإصحاح تحقق عائدات اقتصادية مقدارها أربعة أضعاف في ارتفاع مستوى الصحة وزيادة الإنتاجية. على سبيل المثال، يُنقّص التَّجفاف القدرة البدنية والعقلية سريعاً، وبالتالي تتناقص الإنتاجية ويزداد خطر الحوادث. ثمة بيئَةٌ متزايدة بأنه يمكن حتى للتَّجفاف الخفيف أن يمارس دوراً في الأمراض المختلفة وأن يحد من خطر الأمراض المختلفة (Manz, 2007).

أظهر تحليل ميثا لدراسات تشمل 27 بلداً أفريقياً أن «ازدياد معدل توفير مياه الشرب يزيد كثيراً من معدل نمو الإنتاجية الزراعية» لأن صحة العاملين أصبحت أفضل وتناقص الزمن الذي يحتاجه العاملون لجلب المياه (Kiendrebeogo, 2012).

1.2. نهج تقييم الخطر

التدخل الأكثر فعالية هو الإزالة التامة للمخاطر. يتضمن المخطط التسلسلي الهرمي لتدابير التحكم بالأخطار ستة تدابير، وهي حسب الأولوية كما يلي:

1. إزالة المخاطر أو استبدالها
2. الأدوات، والمعدات، والتكنولوجيا، والإجراءات الهندسية
3. طرائق العمل الآمنة
4. القواعد الصحية والرعاية
5. معدات الوقاية الشخصية
6. المراقبة الصحية/الطبية

لتدابير التحكم بالخطر المتعلقة بالقواعد الصحية والرعاية أهمية متميزة بما يتعلق بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية بغية تعزيز الرعاية في مكان العمل. في تقييم الخطر، يجب على أصحاب المصلحة أن يُقَيِّموا ويقرروا عما إذا مرافق القواعد الصحية والرعاية كافية للتعامل مع الأخطار الناجمة عن المخاطر في مكان العمل. إن الأهم من ذلك هو أن هذه التدابير لا تهدف إلى الوقاية من المخاطر فحسب، لكن أيضاً تحد من آثارها، بالإضافة إلى تعزيز رفاة العامل بغية زيادة الإنتاجية. يتضمن الجدول التالي بعض الأمثلة في فئات واسعة التي يمكن أن تساعد في عملية تصميم أدوات التدريب بما يتعلق بمبادئ المياه والإصحاح والقواعد الصحية.

«القواعد الصحية في العمل هي علم ترقب وتمييز وتقييم والتحكم بالمخاطر الناشئة في العمل أو عنه، والتي يمكن أن تضر بصحة العاملين ورفاههم، مع الأخذ بعين الاعتبار أيضاً الأثر الممكن على المجتمعات المحيطة والبيئة العامة» (Weber, 2011). من خلال هذا التعريف، فإنه من الواضح أنه ينبغي للممارسات السليمة للسلامة والصحة المهنتين أن تستند إلى فهم للأخطار في مكان العمل، وبدورها ينبغي أن يُنظَر إلى الوقاية على أنها الاستراتيجية المركزية لحماية العاملين، بالإضافة إلى المجتمع الأوسع.

ثمة أداة رئيسية روجت لها منظمة العمل الدولية لإدارة السلامة والصحة المهنتين في مكان العمل، ألا وهي تقييم الخطر باستخدام المخطط التسلسلي الهرمي لتدابير التحكم بالخطر. إن المبادئ التوجيهية لمنظمة العمل الدولية بشأن نُظُم إدارة السلامة والصحة المهنتين (2001) والحقيبة التدريبية لمنظمة العمل الدولية بشأن تقييم الخطر وإدارته في مكان العمل للمنشآت صغيرة ومتوسطة الحجم (2013) توفر إرشاداً بشأن تدابير التحكم الأساسية اللازمة لتحسين ظروف العمل من أجل حماية أفضل لصحة العامل وسلامته. يتضمن تقييم الخطر المتعلق بالسلامة والصحة في مكان العمل فحصاً دقيقاً لما يمكن أن يسبب إصابة أو اعتلالاً صحياً للعامل.

يعتبر المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم، وهو إطار مؤسَّس دولياً للوقاية من مخاطر السلامة والصحة ومكافحتها عبر تحديد التدخلات الفعالة التي روَّجتها منظمة العمل الدولية، أن



© UN Photo/Kibae Park

أمثلة على التدخلات	طريقة الوقاية/ التحكم بالمخاطر المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية
<ul style="list-style-type: none"> أدمج التوفير الآمن والكافي، وبكرامة، للمياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية في تصميم موقع العمل صمّم التوفير الآمن للمياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية للأشخاص المُعَوِّقِينَ 	الإزالة
<ul style="list-style-type: none"> أزّل/ قلّل من المشروبات قليلة القيمة الغذائية ووفّر مصادر مياه الشرب الآمنة 	الاستبدال
<ul style="list-style-type: none"> إمدادات المياه بالأنايب إلى المباني تقنيات وأجهزة مختلفة عالية و/ أو منخفضة التكنولوجيا لتنقية المياه وفّر وسائل نقل المياه الشرب، أو مبرّدات المياه، أو نوافير المياه وفّر أنظمة إمامة مستمرة ولا تُستخدم فيها اليدين للعاملين خارج المباني المُعَرِّضِينَ للحرارة حسّن مرافق الإصحاح (مثلاً، الإجراءات الهندسية المُحَسَّنة أثناء تشييد المراحيض). 	إجراءات التحكم الهندسية
<ul style="list-style-type: none"> خصّص فواصل أثناء العمل للراحة واتخذ الترتيبات لعدم إلغاء تلك الفواصل ضع قواعد/ آليات لغرف الاستحمام والمراحيض لحماية الخصوصية وفّر التدريب والمعلومات حول الوعي بشأن القواعد الصحية للمُشْرِفِينَ والعاملين على السواء أسس ممارسات الترتيب والنظافة، بما في ذلك تنظيف وصيانة المرافق الصحية وأماكن الطهي ومرافق الرعاية، ومناطق تغيير الملابس، ومساحن العاملين المُؤَقَّتِينَ 	إجراءات التحكم الإدارية
<ul style="list-style-type: none"> وفّر مرافق للاغتسال والمرافق الصحية خزّن ملابس العمل المُلوّنة ومعدات الوقاية الشخصية في مكان مناسب ولا تسمح للعمال بأخذها إلى منازلهم وفّر مرافق لغسل الملابس بغية تنظيف ملابس العمل المُلوّنة وفّر المياه النظيفة 	القواعد الصحية والرعاية
<ul style="list-style-type: none"> وفّر القفازات والمآزر ومعدات الوقاية الأخرى من أجل قواعد صحية أفضل استخدم ملابس منفصلة في العمل في حال وجود إمكانية نقل التعرض من مكان العمل إلى المنزل 	معدات الوقاية الشخصية والملابس الواقية

(*et al.*, 2014). من الأمثلة المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية «للاستبدال» هو استبدال مشروبات المياه الغازية المُحَلَّاة بالسكر بمياه الشرب الآمنة (Davy *et al.*, 2014). إن «إجراءات التحكم الهندسية» هي أجهزة أو معدات تقي من المخاطر المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية أو تتحكم بتلك المخاطر. وتشير «إجراءات التحكم الإدارية» إلى سياسات موقع العمل

إن الطريقة الأفضل لإزالة المخاطر هي مراعاة الجوانب المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية الآمنة والمناسبة باكراً أثناء مرحلة تصميم مكان العمل. يمكن أثناء مرحلة التصميم التخطيط لتوفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية للمُعَوِّقِينَ بديناً، وللمرافق الصحية مع مراعاة نوع الجنس، ولمسائل حماية الخصوصية، ولجوانب أخرى (Asfaw *et al.*, 2016; MacLeod)

إن عملية تحديد المخاطر المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية أثناء جولات التفتيش على موقع العمل يمكن أن ترشد إلى بعض التدابير، كتوفير مياه الشرب الآمنة، والمراحيض التي تراعي نوع الجنس والخصوصية والكرامة، وأماكن غسل اليدين، ومرافق الإصحاح (مثلاً أماكن الاستحمام بالأدواش، خزائن الملابس الشخصية)، ومرافق الرعاية (المطابخ، المقاصف، مناطق الراحة)، بالإضافة إلى ترتيب بيئة العمل يمكن أن تساعد أيضاً في كشف عوامل تنظيمية أقل وضوحاً، كسياسات وممارسات موقع العمل المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، والفواصل أثناء العمل في غرف الراحة، وساعات العمل، والآليات التعويضية التي يمكن أن تُقصر فواصل الراحة أثناء العمل (مثلاً، الأجر على أساس القطعة مقابل الأجر على أساس الساعة).

وممارساته التي تهدف إلى التحكم بالمخاطر والتعرضات المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، كتنظيف وتخزين معدات الوقاية الشخصية والملابس الواقية التي توفر حاجزاً بين العامل ومبيدات الآفات. إن مبادئ المياه والإصحاح والقواعد الصحية ذات صلة على وجه الخصوص بالصيانة الملائمة لمعدات الوقاية الشخصية، بالإضافة إلى الإزالة الفعالة للتلوث بعد الاستخدام للحد من خطر التعرضات الخطرة للعمال ولعائلاتهم (في شكل «التعرضات المنقولة إلى المنزل»). إن مدونة الممارسات الصادرة عن مكتب العمل الدولي بعنوان «Safety and Health in Agriculture» (2011) (أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، وهي متاحة على موقع المعهد، 2014) تعزز الترتيب والتنظيف الجيدين كوسيلة لزيادة الإنتاجية عبر تقليل الزمن الضائع بسبب الإصابات والأمراض.

3. معايير العمل الدولية ومدونات الممارسات بشأن المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية

منظمة العمل الدولية المساعدة التقنية عند الضرورة. بالإضافة إلى ذلك، يمكن الشروع في إجراءات تقديم البيانات والشكاوى ضد البلدان في حال انتهاك الاتفاقية التي صدّقت عليها⁽¹⁾.

يشرح أحد المنشورات الحديثة الصادرة عن منظمة العمل الدولية معايير العمل الدولية على النحو التالي:

تحتوي اتفاقيات منظمة العمل الدولية المتعلقة بالسلامة والصحة المهنية أحكاماً من أجل توفير مياه الشرب الآمنة ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية. واحدة من الاعتبارات الأولى لتوفير إمدادات كافية بمياه الشرب الآمنة للعاملين هي في توصية مرافق الرعاية، 1956 (رقم 102)، التي تحدد المبادئ التوجيهية لتأسيس المقاصف، وقاعات تناول الطعام، والمرافق الأخرى المتعلقة بالطعام والراحة. ينبغي أن تشمل المرافق المُقدّمة على الأقل «الإمداد الكافي بالمياه النقية الصالحة للشرب». اعتمدت عدة اتفاقيات هذه العبارات بوصفها شرطاً أدنى للمرافق الملائمة المتعلقة بالرعاية والإقامة، رغم أنها تختلف تبعاً لنوع إمدادات المياه ومكانها، مما يؤكد أهمية الوصول إليها بسهولة ويعكس تنوع القطاعات الاقتصادية. ينبغي أن تتكيف هذه التدابير مع القوانين أو اللوائح الوطنية.

معايير العمل الدولية هي صكوك دولية تضعها الهيئات المكونة لمنظمة العمل الدولية (الحكومات وأصحاب العمل والعمال)، حيث تحدد المبادئ والحقوق الأساسية في العمل؛ وهي إما اتفاقيات، وهي معاهدات مُلزِمة قانونياً يمكن أن تُصدّق عليها الدول الأعضاء؛ أو توصيات، وهي تُستخدم كمبادئ توجيهية غير مُلزِمة. في حالات كثيرة، تضع الاتفاقية المبادئ الأساسية التي يتعين على البلدان التي صدّقت عليها أن تنفذها، في حين أن التوصية ذات الصلة بالاتفاقية تكمل الاتفاقية عبر توفير مبادئ توجيهية أكثر تفصيلاً بشأن كيف يمكن تطبيق الاتفاقية. يمكن أيضاً أن تكون التوصية مستقلة، أي غير مرتبطة بأي اتفاقية.

يضع الاتفاقيات والتوصيات ممثلو الحكومات وأصحاب العمل والعمال وتُعمد في مؤتمر العمل الدولي السنوي لمنظمة العمل الدولية. ما أن يُعتمد المعيار (الاتفاقية أو التوصية)، فإن الدول الأعضاء مُلزِمة بموجب دستور منظمة العمل الدولية بتقديمه إلى سلطتها المختصة (البرلمان عادة) للنظر بالموضوع؛ أي في حال الاتفاقية، النظر من أجل التصديق عليها. إذا ما صدّقت الدولة العضو على الاتفاقية، فإن نفاذها في تلك الدولة يبدأ عموماً بعد سنة من تاريخ التصديق. تلتزم البلدان التي صدّقت بتطبيق الاتفاقية في القانون والممارسات الوطنية وبالإبلاغ عن تطبيقها بفواصل زمنية منتظمة. توفر

تُعرّف اتفاقية منظمة العمل الدولية بشأن السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 155) تعبير الصحة في علاقتها بالعمل كما يلي «الصحة ليست مجرد عدم وجود مرض أو عجز، فالتعبير يشمل أيضاً العناصر البدنية والعقلية التي تؤثر على الصحة وتعلق مباشرة بالسلامة

(1) ILO 2014b: 15

تكملها فتسدي النصح للدول الأعضاء كي «تأخذ في الاعتبار صكوك منظمة العمل الدولية ذات الصلة بالإطار الترويجي للسلامة والصحة المهنيين، الواردة في المرفق لهذه التوصية»، أثناء صياغة البرنامج الوطني أو استعراضه.

إن توصية خدمات الصحة المهنية، 1985 (رقم 161) التي تكمل اتفاقية خدمات الصحة المهنية، 1981 (رقم 161) ألزمت إدارات الصحة المهنية بـ «أن تشرف على الإنشاءات الصحية وعلى غيرها من المرافق المخصصة للعمال، كمياء الشرب، والمقاصف، والمسكن، عندما يكون صاحب العمل هو الذي يوفرها» (البند 8 (ب)). وإن اتفاقية حق التنظيم والمفاوضة الجماعية، 1949 (رقم 98) بدورها تعزز استخدام آليات التفاوض لتأسيس ظروف العمل.

وافقت لجنة صياغة اتفاقية السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 155) على أنه من الضروري إدراج الحقوق والواجبات بما يتعلق بالوقاية من المخاطر المهنية والتحكّم بها؛ لهذا السبب ألزمت الاتفاقية بترتيبات للعمالين للتعاون في الوفاء بالالتزامات التي تقع على عاتق صاحب العمل. توفر التوصية المقابلة (رقم 164) بالإرشاد بشأن ضمان أن العاملین مهتمون بسلامتهم وسلامة الآخرين، ويمثلون للتعليمات والإجراءات، ويستخدمون وسائل السلامة ومعدات الوقاية على نحو صحيح، ويبلغون عن الأوضاع الخطرة والحوادث أو أي إصابة.

يتضمن عدد من الاتفاقيات والتوصيات أحكاماً محددة لحماية السكان. على سبيل المثال، تنص توصية السلامة والصحة في المناجم، 1995 (رقم 183) على ما يلي: «ينبغي إيلاء الاعتبار الواجب للتأثير الممكن لأنشطة التعدين على البيئة المحيطة وعلى سلامة الجمهور. ويتضمن ذلك بوجه خاص التحكم في أي هبوط أو اهتزازات أو ملوثات ضارة في المياه أو الهواء أو التربة، والإدارة الفعالة والمأمونة للنفايات الدقيقة وإصلاح مواقع التعدين».

إلى جانب هذه الصكوك، اعتمد مكتب العمل الدولي مدونات الممارسات التي يقترحها خبراء تسميهم الدول الأطراف ومنظمات العمال وأصحاب العمل. فيما يلي المدونات ذات الصلة بدراستنا..

القواعد الصحية في العمل». هذا التعريف بالغ الأهمية بالنسبة لأحكام توفير المياه الآمنة ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية، لاسيما بسبب وجود نقص في التمييز الواضح بين بيئة العمل والبيئة المعيشية للعاملين في بعض القطاعات، كالمناجم أو الزراعة.

توفر توصيتها (رقم 164) مؤشرات أكثر دقة بشأن المرافق الصحية والأحكام المتعلقة بمياه الشرب. «تنفيذاً للسياسة المشار إليها في المادة 4 من الاتفاقية، ينبغي اتخاذ التدابير الملائمة، مع مراعاة مختلف فروع النشاط الاقتصادي وأنواع العمل، وكذلك مبدأ إعطاء الأولوية للقضاء على المخاطرة في مهدها»، من ضمنها «التجهيزات الصحية، ومرافق المياه، وأماكن تبديل وحفظ الثياب، وتوفير مياه الشرب، وأي مرافق مفيدة أخرى مرتبطة بالسلامة والصحة المهنية».

تنص اتفاقية الإطار الترويجي للسلامة والصحة المهنية، 2006 (رقم 187) على واجب عام للدول الأعضاء على «تشجيع إجراء التحسينات المستمرة على السلامة والصحة المهنية، للوقاية من الإصابات والأمراض والوفيات المهنية، وذلك بوضع سياسات وطنية ونظام وطني وبرنامج وطني بالتشاور مع المنظمات الأكثر تمثيلاً لأصحاب العمل وللعمال». أما توصيتها رقم 197 التي



© Parker D.

- بقدر الإمكان - من الأمراض المرتبطة بالمياه والإصحاح لكافة أولئك العاملين في كل قطاع أو الذين يعملون مع المواد الخطرة. على سبيل المثال، إن مدونة الممارسات بعنوان Safety and Health in Agriculture (2011) (أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لمدونة الممارسات تلك بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد) تقترح أنه ينبغي أن تتضمن سياسات السلامة والصحة المهنية ترتيبات للتواصل مع السلطات المسؤولة عن التزويد بالمياه. كما أن مدونة الممارسات بعنوان Ambient factors in the workplace (2001) أيضاً تُلزم أصحاب العمل المسؤولين عن سلامة العاملين وصحتهم، وتحث على مشاركة العمال في القرارات بشأن السلامة والصحة المهنية. إنها تتضمن توصيات عملية لأولئك المسؤولين عن السلامة والصحة المهنية في كل مجال من مجالات النشاط.

لقد اتبع العديد من الدول الأعضاء في كافة الأقاليم تلك التوصيات، بما في ذلك الأحكام المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية في دساتيرها وقوانينها ولوائحها، ويتضمن الكثير من الاتفاقات الجماعية نصوصاً تعالج القضايا المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية. بالإضافة إلى ذلك، أعلن مجلس السوق المشتركة لأمريكا الجنوبية (Mercosur) في عام 2001 حق العمال بتوفير إمدادات المياه ومعدات الوقاية الشخصية وغرف الاستحمام في مكان العمل (ILO, 2006-2012).

ستناقش هذه الوحدة الاتفاقيات ذات الصلة الواردة في مرفق التوصية رقم 197 التي تسعى إلى تحسين ظروف العمل في قطاعات اقتصادية محددة، كما تحتوي على أحكام بشأن التعامل مع المواد الخطرة وتصنف الأقسام الفرعية التي تلها قطاعات محددة وتبين لماذا المياه والإصحاح والقواعد الصحية هي مسائل ذات أهمية بالنسبة للعمال العاملين فيها. ويلخص الجدول الوارد في نهاية هذه الوحدة الأحكام ذات الصلة للصكوك المذكورة.

1.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في الاقتصاد الريفي

لا يزال التوفير المنصف والموثوق به والشامل للمياه ومرافق الإصحاح بعيد المنال في كثير من المناطق الريفية. إن التوفير المحدود للمياه الآمنة هو سبب القائمة الطويلة للأمراض المتعلقة بالمياه التي تعيق إنتاجية أعضاء المجتمع (ILO, 2015d). تُلزم التشريعات في بلدان كثيرة أصحاب العمل بتوفير وسائل الراحة الأساسية، بما في ذلك مياه الشرب ومرافق الإصحاح، للعاملين الزراعيين؛ وينبغي توفيرها، في بعض البلدان، لأفراد عائلات

1. Safety and health in the construction of fixed offshore installations in the petroleum industry (1981)
2. Safety in the use of asbestos (1984)
3. Safety and health in coal mines (1986)
4. Radiation protection of workers (ionizing radiations) (1987)
5. Safety and health in forestry work (1998)
6. Prevention of major industrial accidents (1991)
7. Safety and health in opencast mines (1991)
8. Safety and health in construction (1992)
9. Safety in the use of chemicals at work (1993)
10. ILO code of practice for Recording and notification of occupational accidents and diseases (1995)
11. Ambient factors in the workplace (2001)
12. Safety in the use of synthetic vitreous fibre insulation wools (2001)
13. ILO code of practice on HIV/AIDS and the world of work (2001)
14. Safety and health in the non-ferrous metals industries (2003)
15. Safety and Health in Ports (2005)
16. Safety and health in the iron and steel industry (2005)
17. Safety and health in underground coalmines (2006)
18. Safety and health in Agriculture (2011)

18. السلامة والصحة في الزراعة (2001) (أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة بعنوان: السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد)

توفر مدونات الممارسات تلك إرشاداً لتطبيق الاتفاقيات والتوصيات المقابلة، لاسيما بما يخص المحافظة على صحة العاملين والوقاية

وفترات للراحة مبرمجة زمنياً، ومناجل أفضل أرغونومياً (تلاؤمياً)، واستراتيجيات تتسم بالكفاءة، حيث طُبِّقَت الدراسة على ستين من العاملين في تقطيع قصب السكر. وكان هدفها الحد من الإجهاد الحراري والتَّجْفَاف دون انخفاض الإنتاجية (Bodin et al., 2016). في حين أن الإنتاج ازداد بمقدار 43 بالمئة، أي أكثر من مجموعات التقطيع الأخرى، فإن استهلاك المياه ازداد بين العمال بنسبة 25 بالمئة فقط وانخفض تواتر ظهور الأعراض. توصي منظمة العمل الدولية بإجراء تحسينات فورية من خلال العمل الجماعي، بما في ذلك مرافق الرعاية (من ضمنها المياه والإصحاح والقواعد الصحية) وتنظيم العمل (ILO, 2014a).

استقصت منظمة العمل الدولية صيادي الأسماك في تايلاند، وقد أدى الاستقصاء إلى استنتاج مماثل، حيث أن 10 بالمئة من صيادي الأسماك الذين شملهم الاستقصاء لم يُتاح لهم ما يكفيهم من حصص الطعام والمياه، مما جعل المحافظة على الصحة صعبة. أوصت منظمة العمل الدولية بأن تتعاون الحكومة التايلاندية والشركاء الاجتماعيون بهدف تحسين تصميم قوارب صيد الأسماك لمعالجة القضايا المتعلقة بمكونات السلامة والصحة المهنيين وبالإصحاح (ILO, 2013)

يمكن لأصحاب العمل اتباع هذه الأمثلة من فييتنام، وهي سهلة التنفيذ وتحقق علاقة التكلفة - الكفاءة



- ◀ أشرك شركات مياه الشرب ذات السمعة الحسنة؛ و
- ◀ حدّد أماكن مياه الشرب بحيث تكون بعيدة عن الغبار وأشعة الشمس والقمامة والمراحض؛ و
- ◀ اضمن أن العمال يتمتعون على قدم المساواة بإمكانية الحصول على مياه الشرب دون قيود لا مبرر لها؛ و
- ◀ نظّف، بفترات منتظمة، حاويات المياه، واستبدل الأكواب/القوارير القديمة، وغير مُرشّحات المياه. (ILO, 2009a)

2.1.3 إدارة السلامة في الزراعة

تشكل المياه والإصحاح والقواعد الصحية جزءاً لا يتجزأ من إدارة السلامة بشأن مبيدات الآفات. إن الإخفاق بغسل الجلد والملابس بعد التعامل مع مبيدات الآفات يزيد من احتمال دخول مبيدات الآفات من خلال الجلد. إن المناقشات المتعلقة باعتماد اتفاقية السلامة والصحة في الزراعة سلطت الضوء على حالات فردية وأوبئة ناجمة عن التسمم بمبيدات الآفات خارج نطاق العمل؛ وقد عزّيت إلى تلوث المواد الغذائية، وبقايا مبيدات الآفات في الغذاء،

العمال (ILO, 2000a). ونتيجة لذلك، تنص المادة 19 من الاتفاقية رقم 184 على ما يلي: «تقرر القوانين واللوائح الوطنية أو السلطة المختصة، بعد التشاور مع المنظمات الممثلة لأصحاب العمل وللعمال المعنيين:

(أ) توفير مرافق رعاية ملائمة بدون أي تكلفة على العامل؛ و

(ب) المعايير الدنيا لإقامة العمال الذين تتطلب طبيعة العمل أن يقيموا على أساس مؤقت أو دائم في المنشأة.»

توضح حافظه منظمة العمل الدولية لمذكرات توجيه السياسات النهج الشامل لمنظمة العمل الدولية لتعزيز العمل اللائق في الاقتصاد الريفي وتجمع مجموعة واسعة من الصكوك والأدوات التي طوّرت على مدى السنوات الماضية. إن هدف حافظه توجيه السياسات هو تقديم إرشاد إلى راسمي السياسات والشركاء الاجتماعيين وأصحاب المصلحة الرئيسيين الآخرين بشأن وضع السياسات والاستراتيجيات والبرامج الريفية التي تعالج بفعالية مسائل الاستخدام والمسائل المرتبطة بالعمل وتحدد أولوياتها.

1.1.3 الإجهاد الحراري والتَّجْفَاف في الزراعة

يتعرض العاملون الزراعيون لعوامل مختلفة تتعلق بالطقس والبيئة، كالحرارة والرطوبة المرتفعتين اللتين يمكن أن تزيدا من خطر الآثار الصحية الضارة. ولهذا السبب، فإن مبادرة منظمة العمل الدولية المتعلقة بالاقتصاد الريفي في مالي والنيجر تسعى إلى تحسين توفير المياه، حيث تستهدف المبادرة صغار المزارعين والمنتجين.

يمكن أن يحدث الإجهاد الحراري، وضربة الحرارة، والإنهاك الحراري، والإغماء، ومَعَص الحَرّ، والطَّفَح الحراري في حالة عدم توفير مرافق الرعاية ومناطق للراحة ومياه الشرب المناسبة. ويبدو أن اشتراك الإجهاد الحراري والإجهاد البدني والتَّجْفَاف المتكرر هو السبب الأكثر معقولة للداء الكلوي المزمن (CKD). لقد حدث وباء الداء الكلوي المزمن (CKD) في وسط أمريكا حيث أدى إلى وفاة 20,000 شخص منذ عام 1990. إن العاملين خارج المباني، لاسيما عمال تقطيع قصب السكر، هم الأكثر تأثراً (Laws et al., 2016; Roncal-Jimenez et al., 2016a; Roncal-Jimenez et al., 2016b; Wesseling et al., 2016). إن تعويض السوائل (الإمهاء) المناسب بالماء والتدخلات الأخرى يمكن أن يحد من الإجهاد الحراري ويحد من المخاطر الأروغونومية (التلاؤمية) (Clark et al., 2016). يمكن للمشروبات الغازية أن تجعل الضرر الكلوي المرتبط بالتَّجْفَاف أكثر سوءاً (Garcia-Arroyo et al., 2016).

في السلفادور، أُدخِلت دراسة تدخلية مختلفة الأسلوب الإماهة المتواصلة بدون استخدام الديدن، ومناطق للراحة مُظَلَّلَة نَقَّالة،



© ILO/Deloche P.

ويقيم العاملون الزراعيون المهاجرون بأغلبية كبيرة في ظروف سكنية سيئة، مما يعرضهم إلى الازدحام وانعدام الخصوصية، ولا يُراعى نوع الجنس في المراحيض، كما أن المطابخ ومرافق تخزين الغذاء مشتركة (Arcury et al., 2015).

يمكن لتحسينات إسكان عمال المزارع، كإمدادات مياه الشرب والإصحاح، أن تحسن الرفاه وتحد من الأمراض المنقولة بالمياه، مما يؤدي إلى تحسين إنتاجية العمال. لقد أظهر بحث ميداني لمنظمة العمل الدولية أن معظم أماكن الإقامة في المزارع في إندونيسيا وسري لانكا وغانا تُقدّم إلى العاملين الدائمين: يعني ازدياد الطلب على الإيواء أن العمال في الأشكال غير المعيارية في العمل، كالعاملين المؤقتين أو الموسمين، يتمتعون باستحقاقات وحماية أقل، وظروف عمل وظروف معيشية جودتها أقل (ILO, 2015a). لهذا السبب، تُلزم المادة 86 من اتفاقية المزارع بوضع معايير دنيا للسكن في المزارع تشمل إمدادات المياه والمرافق الصحية.

إن «البحث الموجه نحو الفعل بشأن المساواة بين الجنسين وظروف العمل والمعيشة لعمال مصنع الملابس في كمبوديا» (ILO, 2012) أوصى بأن تشاور الحكومات مع منظمات العمال وأصحاب العمل، ومنظمات المرأة، والمنظمات الوطنية، وأن تضع برامج وشراكات لتحديد فرص لتحسين توفير المياه ومرافق الإصحاح للعاملين المهاجرين الريفيين في مصانع الملابس.

ووجود مبيدات الآفات في المياه أو الغذاء بسبب سوء استخدام العبوات، وتلوث المياه الجوفية بالنفايات الكيميائية. لاحظت لجنة الصياغة أن نقص المرافق التي تحقق القواعد الصحية أثناء تناول وجبات الطعام قد يؤدي إلى تلوث الغذاء عبر اليدين والملابس الملوثة بمبيدات الآفات.

غالباً ما تنتقل الأمراض المنقولة بالحيوان بواسطة المياه الملوثة أو عوامل بيولوجية (حيوية) أخرى ترتبط ارتباطاً وثيقاً بظروف العمل في الزراعة. لقد راعى الاتحاد الأوروبي ذلك أثناء إدراج الزراعة في توجيهاته بشأن حماية العمال من الأخطار المتعلقة بالتعرض للعوامل البيولوجية (الحيوية) في العمل (2000/54/EC). على سبيل المثال؛ إن إمدادات المياه التي لا تحقق الشروط الصحية والتخلص غير المناسب من مياه المجاري تسهم بتلوث المياه العذبة بطفيلي البلهارسية (bilharzia) الذي يمكن أن يؤثر على العمال أثناء الري أو أثناء العمل في حقول الرز.

3.1.3 السكن

في كثير من الأحيان لا توجد اختلافات شديدة بين ظروف العمل وظروف المعيشة في الزراعة. ثمة ارتباط وثيق بين إسكان العاملين الزراعيين، ورفاه العاملين، والإنتاجية: إن التوفير الجيد للمياه هو أحد المكونات الرئيسية للزراعة المُستدامة (ILO, FAO and

4.1.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في المناجم

حيث يتعرضون للتدفقات السامة للمناجم وقد يكونون بدون مياه الشرب النظيفة، أو المرافق الصحية الأساسية والتجهيزات المتعلقة بمياه المجاري، أو إمدادات الغذاء الكافية والمرافق الطبية.

أثناء وضع الاتفاقية والتوصية بشأن السلامة والصحة في المناجم، فقد حددت منظمة العمل الدولية ظروف العمل الصحية كوسيلة للحفاظ على الممارسة المناسبة بشأن السلامة والصحة المهنيين، مع ملاحظة أن عمال المناجم يعانون باستمرار من خسائر فادحة في الأرواح ناجمة عن مشاكل السلامة والصحة المهنيين المرتبطة بيئة العمل الخطرة. لقد أشار التقرير على وجه التحديد إلى أهمية ظروف العمل الصحية للحفاظ على الممارسة المناسبة للسلامة والصحة المهنيين.

يعتبر التَّجفاف خطر صحي معروف لدى عمال المناجم في المناطق المدارية في أستراليا وحتى في المناطق المعتدلة (Polkinghorne et al., 2013). أيضاً، إن بعض الأمراض المهنية لعمال المناجم، كداء المَلقُوات (السُّدُودَة الشَّصِيَّة) ankylostomiasis (hookworm)، وقد ينجم عن المياه الملوثة، أو الرصد غير الكافي لصحة العمال، أو التعرض لملوثات مكان العمل، أو المعايير الوطنية غير الكافية، أو عدم قدرة السلطة المختصة على إنفاذ اللوائح (ILO, 1994a). قد يضطر عمال المناجم المهاجرون أو العابرون إلى العيش في مخيمات أو مساكن

الجدول 1. الأحكام ذات الصلة لصكوك منظمة العمل الدولية بشأن الزراعة والمناجم

أ. الزراعة

1. المياه

اتفاقية المزارع، رقم 110: يزود المورد أو صاحب العمل العمال الموردين بكل ما يلزم لرعايتهم أثناء الرحلة إلى مكان الاستخدام بما في ذلك بوجه خاص ما تتطلبه الظروف المحلية من إمدادات كافية ومناسبة من المواد الغذائية ومياه الشرب والوقود وأواني الطهي والبطاطين. «تشجع السلطات المعنية، بالتشاور مع ممثلي منظمات أصحاب العمل ومنظمات العمال إن وُجِدَت، توفير تسهيلات إسكان كافية لعمال المزارع. تضع السلطة العامة المناسبة المعايير والمواصفات الدنيا للتسهيل المقدم (...). تشمل هذه المعايير الدنيا مواصفات تتعلق بمساحة الشرفات وتسهيلات المطبخ والغسيل والتخزين وإمدادات المياه والتسهيلات الصحية.»

مدونة الممارسات، الزراعة:

ينبغي لأصحاب العمل أن يوفر المياه:

- ◀ على أن توضع في مواقع يصل إليها العمال بسهولة.
- ◀ بكميات كافية لتلبية احتياجات كافة العمال.
- ◀ مع الأخذ بعين الاعتبار درجة حرارة الهواء ورطوبته وطبيعة العمل الذي يؤديه العمال.
- ◀ بالنسبة للعمل البدني في المناخ الحار، قد تكون الحاجة من المياه ليتراً واحداً أو أكثر لكل ساعة لكل عامل.
- ◀ بالإمكان استخدام موزعات مياه الشرب الثقال المغلقة المجهزة بصنبور؛ ولا ينبغي استخدام عبوات المياه غير المجهزة بصنبور التي يمكن الشرب من فوهتها مباشرة، وذلك بسبب خطر التلوث.
- ◀ ينبغي الإعلان عن موقع وجود المياه الصالحة للشرب.
- ◀ ينبغي وضع شارات على مصادر المياه غير الصالحة للشرب بهدف الإشارة إلى أنها غير آمنة.
- ◀ لا ينبغي في موقع العمل تناول المشروبات الكحولية والمنتجات المُعزَّزة للأداء الأخرى.
- ◀ لا ينبغي للعمال أن يتناولوا الطعام والمشروبات في الأماكن التي يحتمل أن تكون خطرة.

2. الإصحاح

اتفاقية المزارع، رقم 110: «حيثما يكون على العمال الموردين قطع مسافات طويلة على أقدامهم إلى مكان الاستخدام تتخذ السلطة المختصة كل التدابير لضمان توفير مخيمات أو دور للراحة في نقاط مناسبة في الطرق الرئيسية حينما يجعل مدى حركة العمال ذلك ضرورياً، والمحافظة عليها في ظروف صحية سليمة، وتوفير التسهيلات الضرورية للرعاية الطبية.»

«تتضمن المعايير والمواصفات الدنيا لتسهيلات الإسكان المقدمة لعمال المزارع المواصفات المتعلقة بالتسهيلات الصحية.»

مدونة الممارسات، الزراعة:

- ينبغي لأصحاب العمل توفير الوقت الكافي للعمال لاستخدام المراحيض التي تحقق القواعد الصحية، والتي ينبغي:
- ◀ أن تكون بعدد كاف ويمكن الوصول إليها بسهولة.
 - ◀ أن تكون مراحيض الرجال منفصلة عن مراحيض النساء لضمان الخصوصية، ومجهزة بقفل من الداخل.
 - ◀ الحفاظ عليها في ظروف تحقق القواعد الصحية الجيدة، وأن تكون مزودة بورق المراحيض النظيف.

3. القواعد الصحية

اتفاقية المزارع، رقم 110: تتعهد كل دولة عضو يسري فيها الجزء الثاني من الاتفاقية «التوريد والتعيين والعمال المهاجرون» بأن توفر في حدود اختصاصها إدارات طبية مناسبة مسؤولة عن ضمان تمتع المهاجرين للاستخدام في إحدى المزارع وأفراد أسرهم بالرعاية الطبية والظروف الصحية الكافية وقت المغادرة وأثناء الرحلة وعند الوصول إلى الإقليم الذي يقصدونه.

اتفاقية السلامة والصحة في الزراعة، رقم 184: «تكفل القوانين واللوائح الوطنية الوقاية من المخاطر كالعدي أو الحساسية أو تقليلها إلى أدنى حد عند ملامسة العوامل البيولوجية، وأن تنقيد الأنشطة التي تنطوي على ملامسة الحيوانات ومواقع تربية الحيوانات وحظائرها بمعايير السلامة والصحة الوطنية أو غيرها من معايير السلامة والصحة المعترف بها.»

توصية السلامة والصحة في الزراعة، رقم 192: ينبغي لأصحاب العمل أن يتخذوا «تدابير الحماية والوقاية بشأن استخدام المواد الكيميائية ومناولة النفايات الكيميائية على مستوى المنشأة.»

تشمل هذه التدابير، من جملة أمور:

- ◀ تحضير المواد الكيميائية ومناولتها وتطبيقها وتخزينها ونقلها؛ و
- ◀ الأنشطة الزراعية التي تؤدي إلى بعثرة المواد الكيميائية؛ و
- ◀ صيانة المعدات المتعلقة بالمواد الكيميائية وحاوياتها وإصلاح تلك المعدات والحاويات وتنظيفها؛ و
- ◀ التخلص من العبوات الفارغة، ومعالجة النفايات الكيميائية والمواد الكيميائية المتركة والتخلص منها.

ينبغي أن تشمل التدابير المتعلقة بلامسة العوامل البيولوجية التي تتسبب في مخاطر العدوى أو الحساسية أو التسمم، ولامسة الحيوانات ما يلي:

- ◀ توفير المواد المَطَهَّرة ومرافق الاغتسال، وصيانة وتنظيف معدات وملابس الوقاية الشخصية؛
- ◀ اتخاذ تدابير السلامة عند ملامسة روث الحيوانات والنفايات وجمعها وتخزينها والتخلص منها؛
- ◀ اتخاذ تدابير السلامة عند ملامسة الذبائح المصابة والتخلص منها، بما في ذلك تنظيف المباني الملوثة وتطهيرها.

مدونة الممارسات (2011):

ينبغي لأصحاب العمل إبلاغ العمال بأهمية الممارسات الصحية الجيدة بغية تقليل إلى أدنى حد الأمراض السارية، واحتباس البول، وبقايا المواد الكيميائية. ينبغي أن يتلقى العمال تدريباً بشأن، ضمن جملة أمور:

- ◀ تنظيف الجروح المفتوحة وحمايتها،
- ◀ التقنيات المناسبة للتعامل مع المواد الغذائية وتحضيرها،
- ◀ استخدام معدات الوقاية الشخصية.

ينبغي لمرافق الاغتسال:

- ◀ أنه يمكن الوصول إليها بسهولة، وأن تكون متعلقة بطبيعة التعرض وشدته،
- ◀ أن تتوفر فيها مياه جارية ساخنة أو دافئة وباردة،
- ◀ أن تتوفر فيها الصابون أو مواد تنظيف أخرى ومناشف أو معدات التجفيف الأخرى وفقاً للقانون واللوائح الوطنية،
- ◀ أن تتوفر بالقرب من المراحيض مرافق لغسل اليدين مع إمدادات كافية بمياه الشرب الدافئة، والصابون، والمناشف فردية الاستخدام أو تجهيزات إطلاق الهواء للتجفيف.

إعداد الطعام واستهلاكه:

- ◀ مرافق لتناول الطعام تحقق القواعد الصحية
- ◀ ينبغي أن يكون الأشخاص المسؤولون عن خدمات الغذاء من ذوي المهارات في مجال الإصحاح والتعامل مع الأغذية، ومصرح لهم من قِبَل السلطة المختصة، كما ينبغي أن يخضعوا للتفتيش بفترات منتظمة
- ◀ ينبغي إعداد الطعام والتعامل معه وتخزينه في ظروف صحية، كما ينبغي أن يكون خالياً من الفساد والتلوث عند تقديمه
- ◀ ينبغي أن يكون مكان مرافق خدمات الطعام بعيداً بمسافة آمنة عن مناطق تخزين المواد الخطرة أو استخدامها
- ◀ ينبغي أيضاً توفير المياه الصالحة للشرب لغسل المواد الغذائية وأواني الطهي

ينبغي لأصحاب العمل أن يضعوا استراتيجيات مكافحة بما يتعلق بالتعرض للمواد الكيميائية الزراعية:

- ◀ إجراءات التحكم الهندسية والإدارية التي تتضمن ممارسات الإصحاح المناسبة بما يتعلق بمعدات الوقاية الشخصية.
- ◀ المرافق الصحية التي تحقق القواعد الصحية لمكان العمل وللعمال.
- ◀ الحد من احتمال تلوث مصادر المياه والبيئة العامة.
- ◀ غسل وتنظيف وتطهير وفحص معدات وملابس الوقاية من المواد الكيميائية التي أُستخدِمت ومن المحتمل أن تكون مُلوّثة بالمواد الكيميائية الخطرة على الصحة.
- ◀ بروتوكولات لضمان أن الملابس الأخرى المُستخدَمة في موقع العمل غير مُلوّثة.
- ◀ ينبغي إدارة تدفقات المياه المُستخدمة لغسل الملابس المُلوّثة بغية تفادي تلوث مصادر المياه.
- ◀ لا ينبغي لنظام التخلص من مياه المجاري أن يُعرِّض صحة العمال للخطر، أو يشكل تهديداً بشأن تلوث مصادر المياه.

ينبغي أن يسعى أصحاب العمل إلى الحد من أخطار التلوث بمبيدات الآفات والتعرض لها:

- ◀ مرافق اغتسال كافية تتعلق بطبيعة ودرجة التعرض وسمية المواد الكيميائية كي يتمكن العمال من الوفاء بالمعايير بغية تفادي انتشار المواد الكيميائية الخطرة.
- ◀ ينبغي الوصول إلى تلك المرافق بسهولة وأن تكون بأماكن بحيث أن لا يتلوث العمال من تلك المرافق.
- ◀ مرافق الاستحمام بالأدواش ومرافق غسل الوجه والعينين، وأدواش السلامة، المجهزة بمياه صالحة للشرب كي يُستخدِمتها العمال الذين تلوثوا من خلال تناثر المواد الكيميائية.

ينبغي أن يسعى أصحاب العمل إلى القضاء على الأمراض حيوانية المصدر، عبر توفير:

- ◀ إمدادات مياه آمنة للإنسان والحيوانات، و
- ◀ وسائل للتخلص الملائم من فضلات الإنسان والحيوان، و
- ◀ الإصحاح في بيئة العمل ومخيمات العمال، و
- ◀ تعزيز ممارسة غسل اليدين بفترات منتظمة.

للقضاء على النواقل الخطرة للأمراض، ينبغي لأصحاب العمل:

- ◀ تحسين تصريف المياه من مناطق المباني؛
- ◀ تغطية القسم العلوي من أحواض مُسْتَجِيعَات مياه الأمطار؛
- ◀ ضمان أن أنظمة الري مُصمَّمة وتُشغَّل بحيث تُحوَّل دون تكاثر القواقع، من بين أمور أخرى؛
- ◀ توفير المراحيض التي «تثني العمال عن التبرُّز والتبول في المياه المكشوفة»؛
- ◀ توفير الأحذية المطاطية طويلة الساق والقفازات المطاطية لليد كي تُحوَّل دون تماس الجلد مع المياه الملوثة أو المُحتَشِرَة (المحتوية على الطفيليات الممرضة).

لضمان إزالة التلوث على نحو ملائم، ينبغي لأصحاب العمل:

- ◀ توفير معدات الوقاية الشخصية المناسبة والكافية، مع مراعاة نوع العمل والأخطار، وذلك بالتشاور مع منظمات العمال وأصحاب العمل
- ◀ ضمان أن العمال يخضعون معدات الوقاية الشخصية والملابس الواقية قبل مغادرة مكان العمل
- ◀ توفير مرافق لتخزين وغسل معدات الوقاية الشخصية وملابس العمل بدون أي تكلفة على العامل
- ◀ تنظيف الكمامات وصيانتها لضمان أنها تعمل على نحو ملائم.

ب. الغابات: مدونة الممارسات (1998)

1. المياه

- ◀ ينبغي أن يتوفر في موقع العمل إمدادات مياه الشرب الكافية.
- ◀ قد تكون الحاجة، بالنسبة للعمل البدني في مناخ حار؛ حتى ليتر واحد لكل ساعة.

2. الإصحاح والقواعد الصحية

- ◀ ينبغي أن يكون للمخيمات مرافق صحية (غرف الاغتسال، أو أماكن الاستحمام بالأدواش، أو مراحيض):
- ◀ منفصلة عن أماكن النوم وتناول الطعام، وعن مرافق المطبخ وأماكن تخزين المواد الغذائية، وتمتثل للمتطلبات الصحية ومجهزة وفقاً للبيئة الثقافية للعمال؛
- ◀ ينبغي للشخص المسؤول عن المطبخ أن يكون من ذوي المهارات في مجال التغذية والإصحاح والتعامل مع الأغذية، وينبغي أن يكون مرخصاً له من قِبَل السلطة المختصة، كما يجب أن يخضع للتفتيش بفترات منتظمة.

ج. المناجم

1. المياه

التوصية رقم 183:

- ◀ ينبغي أن يحصل كافة عمال المناجم على المياه بدون أي تكلفة على العامل، فوق سطح المنجم أو تحته حسب الحاجة.
 - ◀ ينبغي توفر إمدادات المياه العذبة والغذاء في الغرف المستقلة التي يلجأ إليها العمال في حالات الطوارئ.
- مدونات الممارسات بشأن السلامة والصحة في صناعة الحديد والصلب (2005)، وفي مناجم الفحم تحت سطح الأرض، وفي صناعات الفلزات غير الحديدية (2003):
- ◀ ينبغي أن يوفر أصحاب العمل المياه التي يمكن أن يحصل عليها كافة العمال بسهولة، وكافية للمحافظة على الإمالة، مع الكهارل (الأيونات أو الشوارد) المناسبة، حيثما يكون مناسباً.
 - ◀ لم تُقترح إضافة الكهارل (الأيونات أو الشوارد) في مدونة الممارسات بشأن السلامة والصحة المهنيين في صناعات الفلزات غير الحديدية.

2. الإصحاح

الاتفاقية رقم 176: تقرر القوانين واللوائح «الالتزام عند الاقتضاء، بتوفير مرافق صحية كافية وتسهيلات للاغتسال وتغيير الملابس وتناول الطعام، والمحافظة عليها في ظروف صحية»، وتعين السلطة المختصة بـ «مراقبة وتنظيم مختلف جوانب السلامة والصحة في المناجم».

التوصية رقم 183: أصحاب العمل، «ينبغي، عند الاقتضاء، توفير وصيانة دون تحمل العامل أي تكلفة... قدد كافٍ ومناسب من دورات المياه وأماكن الاغتسال وأحواض الغسيل ومرافق تغيير الملابس بحيث تكون مستقلة لكل من الجنسين». (الفقرة 25 (أ)).

مدونات الممارسات بشأن السلامة والصحة في (1) مناجم الفحم (من الممكن تطبيقها على الأنواع الأخرى من المناجم)، و(2) في مناجم الفحم تحت سطح الأرض، و(3) في المناجم السطحية:

- ◀ ينبغي لمُشغِّل المنجم أن يوفر مرافق المراحيض الكافية فوق سطح الأرض وتحت، للرجال والنساء على السواء عند الضرورة، في كل منجم.
- ◀ المدراء مسؤولون عن المحافظة على هذه المرافق بحالة نظيفة وصحية.

3. القواعد الصحية

الاتفاقية رقم 176: تقرر القوانين واللوائح الوطنية «الالتزام عند الاقتضاء، بتوفير مرافق صحية كافية وتسهيلات للاغتسال وتغيير الملابس وتناول الطعام، والمحافظة عليها في ظروف صحية».

التوصية رقم 183:

ينبغي لأصحاب العمل، عند الاقتضاء، توفير وصيانة - دون تحمل العامل أي تكلفة:

- ◀ معدات الوقاية، وملابس الوقاية عند الضرورة، ووسائل أخرى مناسبة حددتها القوانين أو اللوائح الوطنية، في حال عدم ضمان الحماية من خطر الحوادث أو الإصابات بما في ذلك التعرض للظروف الضارة بوسائل أخرى؛ على سبيل المثال، غرف الإنقاذ المستقلة وأدواش الطوارئ وأماكن غسل العينين.
- ◀ مرافق مناسبة لتخزين الملابس وغسلها وتجفيفها، ومرافق مناسبة وصحية لتناول الوجبات.

مدونات الممارسات بشأن السلامة والصحة (1) في مناجم الفحم تحت سطح الأرض، و(2) في صناعات الحديد والصلب

ينبغي لأصحاب العمل أن يوفر مرافق الاغتسال المناسبة التي:

- ◀ يمكن الوصول إليها بسهولة، ولكنها محمية من التلوث من مكان العمل
- ◀ هي مناسبة لطبيعة التعرض وشدته
- ◀ ينبغي أن تحتوي تلك المرافق على:
- ◀ مياه جارية ساخنة أو دافئة وباردة
- ◀ الصابون أو مواد التنظيف الأخرى
- ◀ المناشف أو وسائل التجفيف المناسبة الأخرى

توفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية للعاملين في المناطق الحضرية قد يؤدي إلى أمراض تؤثر كثيراً بصورة سلبية على الإنتاجية في العمل، وعلى عدد أيام العمل المفقودة، فضلاً عن الوفاة المبكرة. لقد أشارت نتائج على مجموعات سكانية تعمل في المناطق الحضرية إلى أن تجار الشوارع أبلغوا عن مشاكل صحية تتعلق بنقص توفير مرافق القواعد الصحية الشخصية، بما في ذلك نقص الحصول على المراحيض (ILO, 2003).

إن حماية البيئة والصحة العامة، والسلامة والصحة المهنيين، والإنتاجية هي محددات هامة بوضوح للحد من الفقر في المناطق الحضرية (ILO 2004, Cities at work). على سبيل المثال، إن

2.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في الاقتصاد الحضري

قد يواجه عمال الاقتصاد الحضري أخطار التعرضات الخطرة، لاسيما بسبب تلوث المياه ونقص المرافق الصحية المناسبة. قد يعاني العاملون في المناطق الحضرية من نقص في إمكانية توفير المياه الآمنة ومرافق الإصحاح، حيث يعتبر ذلك العامل المساهم البيئي الرئيسي في الاعتلالات الصحية في المناطق الحضرية، مما يؤدي إلى حدوث الكوليرا (الهَيْضَة) وأمراض الإسهالات والأمراض الأخرى المنقولة بالمياه. علاوة على ذلك، إن نقص

بعد الشكاوى الكبرى المتعلقة بالمُذبيات (المُجَلَّات) التي جعلت العاملين مرضى، قررت شركة (Nike) إحداث تغييرات في شركة Tae Kwang Vina - وهي شركة كورية للملابس الجاهزة تأسست في عام 1995 وتزود شركة (Nike) بـ 900,000 زوج من الأحذية الرياضية شهرياً. قررت الشركة الكورية تقديم وجبات متوازنة جيداً إلى عمالها البالغ عددهم 14,500 عاملاً (85 بالمئة منهم إناث) مع إيلاء الاهتمام بالقواعد الصحية المناسبة بالإضافة إلى آراء العمال (Wanjek 2005).

التدخلات من أجل تعزيز التغيير في الحصول على المياه والإصحاح والقواعد الصحية بين العاملين في القطاع غير المُنظَّم في تنزانيا تضمنت تنظيم مجموعات أماكن العمل غير المُنظَّم للوصول إلى نقاط مياه الشرب المأمونة والمرافق الصحية، ولزيادة الكفاءات في جمع النفايات (ILO, 1996).

تشتمل الطبيعة غير المستمرة لقطاع البناء على تغييرات مستمرة في ظروف العمل والمعيشة. إن العمل خارج المباني؛ الذي يعني العمل في طقس حار، وفي ظروف تتسم بالبرد والحر والرطوبة؛ أُعتبر أيضاً جانباً خاصاً (ILO, 1987).

الجدول 2. الأحكام ذات الصلة لصكوك منظمة العمل الدولية المتعلقة بالبناء وصناعات الحديد والصلب

أ. البناء

1. المياه

الاتفاقية رقم 167: ينبغي توفير المياه النقية الصالحة للشرب «في كل موقع بناء أو على مسافة معقولة منه». مدونة الممارسات:

ينبغي أن تضمن الحكومات (السلطة المختصة) اتخاذ الخطوات الضرورية لجعل المياه التي يتعين استخدامها للشرب صالحة للاستهلاك البشري، حيثما لا تتوفر المياه الصالحة. إذا ما تعين نقل المياه إلى موقع العمل، فإنه ينبغي أن توافق السلطة المختصة على ترتيبات النقل.

ينبغي لأصحاب العمل ضمان أن:

- ◀ مياه الشرب للاستخدام الشائع تُخزَّن في حاويات مغلقة التي ينبغي أن تتدفق منها المياه عبر الصنابير.
- ◀ خزانات النقل وخزانات التخزين وحاويات التوزيع تُصمَّم وتُستخدَم بطريقة توافق عليها السلطة المختصة؛ وتُنظَّف وتُطهَّر بفترات زمنية منتظمة بطريقة توافق عليها السلطة المختصة.
- ◀ المياه غير الصالحة للشرب ينبغي الإشارة إليها بوضوح بواسطة إشعارات تُحظَّر العمال من شربها.
- ◀ إمدادات مياه الشرب لا ينبغي على الإطلاق توصيلها إلى إمدادات المياه غير الصالحة للشرب.

2. الإصحاح

الاتفاقية رقم 167: ينبغي لأصحاب العمل توفير مرافق صحية ومرافق للاغتسال بحيث تكون مستقلة لكل من الجنسين. مدونة الممارسات:

- ◀ ينبغي أن يتوافق مع متطلبات السلطة المختصة حجم توفير المراحيض أو المراحيض الصحية، وبناء وتجهيزات المراحيض رحض المياه، والمراحيض (بدون مياه دافقة)، والمراحيض الكيميائية (المجهزة بخزانات لإزالة الرائحة)، والتوصيلات المعدنية للمراحيض، وغيرها من تجهيزات المراحيض.
- ◀ لا ينبغي تركيب أي مرحاض غير مرحاض رحض المياه في أي مبنى يحتوي على أماكن للنوم أو تناول الطعام أو الإقامة، وينبغي تهوية هذه المراحيض بصورة مناسبة، ولا ينبغي أن تُفتَح مباشرة إلى الغرف التي يقطن فيها الأشخاص.

3. القواعد الصحية

مدونة الممارسات:

- ◀ ينبغي توفير مرافق الغسل المناسبة بالقرب، ما أمكن عملياً، من مرافق المراحيض.
- ◀ لا ينبغي استخدام مرافق الاغتسال لأي غرض آخر، وينبغي المحافظة عليها نظيفة، كما ينبغي صيانتها.
- ◀ في حالة أن العمال عرضة لتلوث الجلد، فإنه ينبغي توفر عدد كافٍ من مرافق الاغتسال المناسبة.

ب. صناعة الحديد والصلب (مدونة الممارسات)

1. القواعد الصحية

- اعتمد القائمون بالصياغة الأحكام التالية الواردة في مدونة الممارسات بشأن السلامة في استخدام المواد الكيميائية في العمل:
- ◀ ينبغي لأصحاب العمل حظر تناول الطعام أو المضغ أو تناول المشروبات أو التدخين في أي من مناطق العمل التي فيها التحكم الكافي بالتعرض للمواد الكيميائية الخطرة على الصحة يمكن تحقيقه فقط عبر استخدام معدات الوقاية الشخصية، وفي أي منطقة أخرى من المرجح أن تكون هذه المواد الكيميائية موجودة فيها.
 - ◀ لا ينبغي للعمال تناول الطعام أو المشروبات أو المضغ أو التدخين في أي منطقة عمل تتطلب استخدام معدات الوقاية الشخصية. ينبغي تخصيص مرافق مناسبة لهذه الأنشطة في منطقة غير ملوثة يمكن الوصول إليها بسهولة من منطقة العمل.

توفير غرف الاستحمام المناسبة لعمال النقل البري، وأصدروا نداء عاجلاً لتحسين الإصحاح لهؤلاء العمال.

قد يترتب على الافتقار إلى مرافق غرف الاستحمام عواقب سلبية على كافة عمال النقل، لاسيما النساء منهم. ينبغي أن يكون ضمان المرافق الكافية جزءاً لا يتجزأ من تطوير وتحديث أنظمة الطرقات.

ينبغي للمكونات الثلاثية... المشاركة بفعالية في أنشطة تعزيز الصحة في أماكن العمل لدعم السلوك الصحي في مكان العمل، ولتوفير فرص كافية لتوفير المرافق الصحية، ولتحسين النتائج الصحية، وللوقاية من الأمراض الناجمة عن عدم تطبيق اشتراطات الصحة المهنية.

أخيراً، تعزز اتفاقية علاقات العمل (الخدمة العامة)، 1978 (رقم 151) استخدام التشاور والمفاوضات الفعالة في تأسيس ظروف العمل التي استخدمتها الأطراف بفعالية لتوفير مرافق الرعاية للموظفين الحكوميين.

3.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في اقتصاد قطاع الخدمات

في عام 1963 اعتمدت منظمة العمل الدولية معاييرها الأولى بشأن المياه والإصحاح والقواعد الصحية للعاملين في التجارة والمكاتب استناداً إلى الخبرة المكتسبة بما يتعلق بالمشاكل الصناعية. رغم أن التدابير المتعلقة بتوفير بيئة عمل آمنة وصحية لعمال المتاجر والمكاتب أحرزت تقدماً هاماً في القرن العشرين، فقد كان هناك ميل إلى اتخاذ الظروف البيئية في المتاجر والمكاتب على النحو القائم ولم تكن تلك التدابير مُجسّدة على نطاق واسع في اللوائح القانونية كما في أماكن العمل الصناعية. مثلاً، مدونات البناء لا تأخذ دوماً بالحسبان احتياجات العمال الذين سيُشغَلون بها. (ILO 1963, ILO 1951).

بعد مرور 63 عاماً على ذلك، شدد المشاركون في الاجتماع القطاعي ثلاثي الأطراف بشأن السلامة والصحة في قطاع النقل البري (ILO 2015b) على الأثر الشديد للسفر لمسافات طويلة والافتقار إلى

جدول 3. الأحكام ذات الصلة لاتفاقية منظمة العمل الدولية بشأن القواعد الصحية (التجارة والمكاتب)

1. المياه

ينبغي أن يوفر أصحاب العمل مياهًا صالحة للشرب، أو «أي مشروبات صحية أخرى»:

- ◀ يُفَضَّل مياه شرب جارية.
- ◀ إذا ما قُدِّمت بواسطة الحاويات، فإنه ينبغي لتلك الحاويات أن تكون:
 - نظيفة، و
 - مغلقة بإحكام، و
 - مُجَهَّزة بصنبور، حيثما يكون مناسباً، و
 - ذات شارات تدل على طبيعة المحتويات، و
 - بكميات كافية، و
 - مُقدَّمة من مصدر مُعتمد رسمياً، أو مشار إلى اعتماده من قِبَل السلطات الصحية.
- ◀ ينبغي توفر عدد كافٍ من وسائل للشرب، وينبغي وجود مرافق لغسلها بمياه نظيفة.

2. الإصحاح

توفر مرافق للاغتسال ومرافق صحية كافية ومناسبة وتُصان صيانة تامة.

3. القواعد الصحية

ينبغي أن يضمن أصحاب العمل:

- ◀ أنه لا ينبغي تقاسم الأكواب من قِبَل عدد من العمال.
- ◀ بالنسبة لأي مصدر لتوزيع المياه غير الصالحة للشرب، فإنه ينبغي وضع لصاقة على ذلك المصدر وفي النقاط حيثما يمكن سحبه.
- ◀ أنه ما من ثمة توصيلات بينية أو مكشوفة أو محتملة بين أنظمة مياه الشرب وأنظمة المياه غير الصالحة للشرب.
- ◀ توفر مرافق للاغتسال كافية ومناسبة، وتُصان على نحو ملائم.

وخدماتهم (ILO, 2001b). في عام 2006، تم توحيد كثير من الاتفاقيات المتعلقة بهذه الصناعات، وتضمنت الاتفاقية الناتجة مبادئ توجيهية مفصلة تناول مواضيع المياه والإصحاح والقواعد الصحية. إضافة إلى ذلك، إن تفكيك السفن، الذي يتعلق بتفكيك السفن وبيع مكوناتها أو التخلص منها (يجري 95 بالمئة منها في تركيا وأربعة بلدان في آسيا)، وتشديد الإنشاءات الثابتة في عرض البحر في الصناعات البترولية استحقا الاهتمام بسبب انعزالهما.

4.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية في الأنشطة البحرية والأنشطة في عرض البحر

لقد أدت التغيرات الهيكلية في الصناعات البحرية إلى الحد من فرص البحارة للذهاب إلى الشاطئ، مما شجع الهيئات المكونة لمنظمة العمل الدولية على الدعوة من أجل مرافق الرعاية للبحارة

الجدول 4. الأحكام ذات الصلة للأنشطة البحرية والأنشطة في عرض البحر

أ. اتفاقية العمل البحري (مبادئ توجيهية)

1. المياه

- ◀ ينبغي للقوانين واللوائح أو التدابير الأخرى أن تضع معايير دنيا لكمية ونوعية الغذاء ومياه الشرب، وتضطلع بأنشطة تثقيفية لتعزيز الوعي وتنفيذ المعايير.
- ◀ تأخذ دولة العلم بالحسبان مقدار البحارة على متن السفينة ومدة الرحلة.
- ◀ ينبغي أن يضمن أصحاب العمل أن البحارة يحصلون على مياه شرب كافية وذات نوعية جيدة لتلبية متطلبات الرحلة على نحو مناسب، في ظل ظروف صحية منظمة.

2. الإصحاح

ينبغي ضمان النظافة والسلامة والخصوصية في المرافق الصحية، بما في ذلك:

- ◀ حجم المراحيض وبناءها؛
- ◀ متطلبات إضافية للمرافق الصحية المُعدَّة لاستخدام أكثر من شخص؛
- ◀ مرافق صحية منفصلة للرجال والنساء؛
- ◀ على الأقل مرحاض واحد لكل ستة أشخاص أو أقل لا تتاح لهم مرافق صحية لذلك؛
- ◀ في المستشفيات، أو «العيادة»، ينبغي أن تُستخدم المرافق الصحية حصراً من قِبَل نزلاء العيادة إما كجزء من العيادة أو على مقربة منها؛
- ◀ يمكن منح الاستثناءات من قِبَل السلطة المختصة أو من خلال التشاور مع مُلأك السفينة ومنظمات البحارة المعنية.

3. القواعد الصحية

- ◀ عناصر دنيا في مرافق غسل الملابس؛
- ◀ حجم أدنى وبناء أدنى للمِغْسَلَة وأحواض الاستحمام؛
- ◀ على الأقل مِغْسَلَة واحدة وحوض استحمام واحد أو حمام رشاش أو كلاهما، لكل ستة أشخاص أو أقل لا تتاح لهم مرافق شخصية لذلك؛
- ◀ حوض اغتسال مزود بالمياه الجارية العذبة الباردة والساخنة، باستثناء الحالات التي يوجد بها حوض الاغتسال في غرفة الاستحمام الخاصة المتاحة؛
- ◀ يمكن منح الاستثناءات من قِبَل السلطة المختصة أو من خلال التشاور مع مُلأك السفينة ومنظمات البحارة المعنية.

ب. صيد الأسماك (اتفاقية العمل في قطاع صيد الأسماك، 2007، رقم 188):

1. المياه

- ◀ تعتمد كل دولة قوانين أو لوائح أو تدابير أخرى على متن سفن الصيد التي ترفع علم الدولة التي يتعين أن تشرط التزويد بمياه الشرب: كافية من حيث النوعية.
- ◀ دون تكلفة على الصياد، ولكن يمكن استرداد التكلفة في شكل تكلفة تشغيل إذا كان منصوباً على ذلك في الاتفاق الجماعي الذي يخضع له نظام الأجر على أساس الحصص أو في اتفاق عمل الصياد.
- ◀ كمية كافية، بما يتناسب وعدد الصيادين ومدة وطبيعة الرحلة.
- ◀ يجوز للسلطة المختصة أن تضع اشتراطات من أجل الحد الأدنى من معايير كمية المياه التي ينبغي أن تكون على متن السفينة.

2. الإصحاح

تعتمد كل دولة عضو قوانين أو لوائح أو تدابير أخرى تشترط توفر مرافق لجميع الأشخاص على متن السفينة. ويتعين أن تفي هذه المرافق بالحد الأدنى على الأقل من المعايير الصحية ومعايير النظافة الشخصية والمعايير المعقولة من حيث الجودة. يتعين لتلك المرافق الصحية:

- ◀ أن تمنع تلوث مساحات أخرى بقدر ما يكون ذلك ممكناً عملياً.
- ◀ أن تسمح بقدر معقول من الخصوصية.
- ◀ أن تزوّد بالتهوية المفتوحة نحو الهواء الطلق بصورة مستقلة عن أي جزء من أماكن الإقامة.
- ◀ أن تيسر جميع المساحات السطحية التنظيف السهل والفعال.

3. القواعد الصحية

يتعين في أماكن الإقامة على متن سفن الصيد توفر مرافق الاغتسال بالمياه العذبة الباردة والساخنة لجميع الصيادين وغيرهم من الأشخاص على متن السفينة بكميات كافية لأغراض توفير النظافة الصحية على النحو الملائم.

- ◀ يجوز للسلطة المختصة، بعد التشاور، أن تحدد الحد الأدنى من كمية المياه التي ينبغي توفرها.
 - ◀ يتعين توفر أحواض الغسل (المغاسل) وأحواض الاستحمام وأدوات للاستخدام من قِبَل جميع الأشخاص على متن السفينة بما يتلاءم مع خدمة السفينة.
 - ◀ يتعين أن تفي هذه المرافق بالحد الأدنى على الأقل من المعايير الصحية ومعايير النظافة الصحية والمعايير المعقولة من حيث الجودة.
 - ◀ يتعين تزويد المرافق الصحية بالتهوية المفتوحة نحو الهواء الطلق بصورة مستقلة عن أي جزء آخر من أماكن الإقامة.
 - ◀ يتعين أن تيسر جميع المساحات السطحية التنظيف السهل والفعال.
- ملاحظة: لمزيد من المعلومات، من فضلك أنظر المبادئ التوجيهية (2010) لضباط رقابة دولة الميناء الذين يجرون التفتيش بموجب اتفاقية منظمة العمل الدولية بشأن العمل في قطاع صيد الأسماك.

ج. تفكيك السفن (مبادئ توجيهية بشأن السلامة والصحة في تفكيك السفن لبلدان آسيا وتركيا، 2004)

1. المياه

- ◀ ينبغي توفير المياه النقية الصالحة للشرب «في أو ضمن الإمكانية المعقولة» لكل مرفق من مرافق تفكيك السفن.
- ◀ «ينبغي وضع شارات واضحة للمياه غير الصالحة للشرب تُحظّر على العمال شربها.»

2. الإصحاح

- ◀ ينبغي لأصحاب العمل أن يوفر المرافق الصحية، في أو ضمن الإمكانية المعقولة، لكل موقع أو مبنى لتفكيك السفن، التي:
- ◀ تُحقّق اشتراطات السلطة المختصة بما يتعلق بحجمها وتركيبها وتشبيدها، و
- ◀ يمكن الوصول إليها بسهولة وبموقع بحيث أنها لن تتعرض للتلوث من مكان العمل.

3. القواعد الصحية

- ◀ ينبغي أن يكون العمال قادرين على الوفاء بمعايير القواعد الصحية الشخصية على نحو مُتَّسِق مع التحكم المناسب بالتعرض والحاجة إلى تفادي انتشار المواد الخطرة على الصحة.
- ◀ ينبغي أن يوفر أصحاب العمل:
 - مرافق الاغتسال أو الأدواش، في أو ضمن الإمكانية المعقولة، لكل موقع أو مبنى لتفكيك السفن، التي تمتثل لاشتراطات السلطة المختصة بما يتعلق بحجمها وتركيبها وتشييدها.
 - ملاجئ مع مرافق للغسل وتناول وجبات الطعام وتجفيف الملابس وتخزينها.
- ◀ بالنسبة لخزانات النقل وخزانات التخزين وحاويات التوزيع، ينبغي تصميمها واستخدامها وتنظيفها وتطهيرها بفواصل زمنية مناسبة بطريقة مُعتمَدة من قِبَل السلطة المختصة.
- ◀ لا يُسمح بتناول الطعام أو المضع أو تناول المشروبات أو التدخين في مناطق العمل التي فيها التحكم المناسب بالتعرض يمكن تحقيقه فقط باستخدام العمال لمعدات الوقاية الشخصية للحيلولة دون التعرض للمواد الخطرة على الصحة، وفي أي منطقة أخرى حيث من المرجح وجود مثل تلك المواد. في هذه الحالات، ينبغي تخصيص مرافق مناسبة للقيام بهذه الأنشطة في منطقة غير مُلوثة، والتي ينبغي أن يكون الوصول إليها سهلاً من منطقة العمل.

د. عمليات المناولة بالموانئ

1. المياه

مدونة الممارسات (الموانئ، قيد المراجعة)

- ينبغي لصاحب العمل أن يوفر الإمدادات الكافية بالمياه النقية الصالحة للشرب والباردة، التي يمكن الوصول إليها بسهولة من مصدر مُعتمَدة من السلطة المختصة.
- ◀ ينبغي حماية مخارج مياه الشرب من التلف أو الأوساخ وتحديثها بوضوح على هذا النحو.
- ◀ حيثما يكون ذلك عملياً، ينبغي توفير مياه الشرب التي تحقق القواعد الصحية، كما ينبغي حظر استخدام أكواب مياه الشرب المشتركة بين عدة أشخاص.
- ◀ إذا ما تعذر توفير إمدادات مياه الشرب بالأنابيب، فإنه ينبغي توفير مياه الشرب بقوارير مغلقة أو بعبوات مغلقة على نحو مناسب، وأن يشار إليها بوضوح بعبارة «مياه الشرب»، وأن تُصان على نحو ملائم، وأن يتم تجديدها عند الضرورة.
- ◀ لا ينبغي وضع مياه الشرب في براميل أو دلاء أو خزانات أو حاويات أخرى التي يجب الحصول منها على المياه بجرفها سواء أكانت مَزوَّدة بأغطية أم لا.

2. الإصحاح والقواعد الصحية

الاتفاقية رقم 152:

ينبغي أن يوفر صاحب العمل المرافق الصحية ومرافق الاغتسال في كل رصيف، التي تتصف بأنها:

- ◀ كافية ومناسبة، وتُصان الصيانة السليمة، و
 - ◀ على بعد معقول من مكان العمل، بقدر الإمكان، و
 - ◀ وفقاً للقوانين أو اللوائح الوطنية، أو الممارسات الوطنية.
- يرجى الرجوع إلى *Code of Practice (Ports, under review)* (قيد المراجعة) لمزيد من التفاصيل بشأن عدد المراحيض واشتراطاتها.

هـ. تشييد الإنشاءات الثابتة في عرض البحر في الصناعات البترولية (مدونة الممارسات، 1981)

1. المياه

- ◀ ينبغي لأصحاب العمل أن يوفرُوا مياه الشرب لكافة الأشخاص ويحافظوا عليها، وينبغي الوصول إليها بسهولة، وتحديدًا بوضوح.
- ◀ بالنسبة لمياه الشرب المُخزَّنة للاستخدام الشائع، فإنه ينبغي تخزينها في حاويات مغلقة التي ينبغي توزيع المياه منها من خلال الصنابير.
- ◀ في حال أنه يجب نقل مياه الشرب من إمدادات عامة مُعتمَدة إلى موقع عمليات التشييد في عرض البحر، فإنه ينبغي اعتماد ترتيبات النقل من قِبَل السلطة الصحية المختصة.

2. الإصحاح

- ◀ ينبغي أن يوفر أصحاب العمل لكل ثمانية أشخاص خزَّانة المياه (تواليت إفرنجي) (وسيلة للتبرُّز والتبُّول تثبت في الأرض ومجهزة بخزان صغير للمياه يُملأ ذاتياً بالإضافة إلى صنوبر للتنظيف).

3. القواعد الصحية

ينبغي لأصحاب العمل أن يوفرُوا:

- ◀ على الأقل حمام أو دُش واحد مُزوَّد بمياه جارية باردة وساخنة، حيثما يكون مناسباً، لكل ثمانية أشخاص.
- ◀ على الأقل حوض اغتسال واحد مُزوَّد بمياه جارية باردة وساخنة لكل ستة أشخاص.
- ◀ لا ينبغي استخدام مرافق الاغتسال لأي غرض آخر، وينبغي أن تحتوي على وسائل مناسبة لإزالة المياه العادمة، وصابون بكميات كافية لا تُهيج العينين، ومرافق تجفيف مناسبة.
- ◀ غرفة منفصلة مُزوَّدة بالآلات كافية ومناسبة لغسل الملابس مع مرافق تجفيف مناسبة، وأوعية كافية للتخلص من القمامة والنفايات الأخرى.
- ◀ ينبغي حرق النفايات أو التخلص منها على نحو غير ضار بفواصل زمنية مناسبة.

5.3. المياه والإصحاح والقواعد الصحية بما يتعلق بيئة العمل

الأسبستوس - أو المواد الكيميائية). لقد كانت التعرضات للمواد الخطرة مصدر قلق لمنظمة العمل الدولية في بدايات عام 1921، عندما أُعتمدت اتفاقية استخدام الرصاص الأبيض (في الطلاء). منذ ذلك الزمن، تضمنت اتفاقية واحدة والعديد من مدونات الممارسات التدابير الصحية، واقترحت مدونة ممارسات واحدة خطوات لضمان الإِمامة في حالة العمل في بيئات حارة أو باردة.

يمكن أن تحتوي بيئة العمل على عوامل مختلفة تشكل خطراً على صحة العمال وسلامتهم، كالبينة المحيطة (مثلاً؛ درجة الحرارة والرطوبة)، أو استخدام المواد الخطرة (مثلاً؛ الحريق الصخري -

الجدول 5. الأحكام ذات الصلة لاتفاقيات منظمة العمل الدولية المتعلقة بالمواد ودرجات الحرارة الخطرة

أ. العوامل المحيطة في مكان العمل (مدونة الممارسات)

1. المياه

- ◀ للمحافظة على الإِمامة في البيئات الحارة، ينبغي لأصحاب العمل أن يجعلوا تركيز الملح في المياه منخفضاً أو تخفيف المشروبات المُنكَّهة المتاحة بسهولة للعمال، كما ينبغي تشجيعهم على الشرب على الأقل كل ساعة، عبر توفير مصدر قريب أو اتخاذ الترتيبات لإحضار المشروبات إلى العمال.
- ◀ إن تناول المشروبات التي درجة حرارتها 15-20م أفضل من تناول المشروبات المُثلَّجة.
- ◀ لا ينبغي تناول المشروبات الكحولية، أو المحتوية على الكافيين، أو المشروبات الغازية، أو المشروبات ذات التركيز العالي من الملح أو السكر.
- ◀ لا ينبغي الشرب بواسطة النوافير، لأن الشرب بواسطتها يجعل من الصعب جداً الحصول على كميات كافية.

- ◀ ينبغي لموظفي إدارات الصحة المهنية أن يشرفوا على المرافق الصحية، وإمدادات مياه الشرب، والمقاصف، وأماكن الإقامة.
- في البيئات الباردة، ينبغي لأصحاب العمل أيضاً:
- ◀ توفير المياه أو المشروبات المُنكَّهة المُخفَّفة، بسهولة للعمال، و
- ◀ تشجيعهم على الشرب، عبر توفير مصدر قريب أو اتخاذ الترتيبات لإحضار المشروبات إلى العمال، لاسيما عندما تكون البيئة جافة أيضاً.

ب. استخدام المواد الكيميائية

1. القواعد الصحية

- اتفاقية المواد الكيميائية، 1990 (رقم 170): ينبغي أن يتخذ أصحاب العمل التدابير لمراقبة العمليات ويوفروا معدات الوقاية الشخصية. مدونة الممارسات:
- ينبغي لأصحاب العمل أن يوفروا:
- ◀ مرافق الاغتسال -
 - المعدلة وفقاً لطبيعة التعرض ودرجته، و
 - مع معيار القواعد الصحية الشخصية المُتَّسقة مع التحكم الملائم بالتعرض والحاجة إلى تفادي انتشار المواد الكيميائية الخطرة على الصحة، و
 - يمكن الوصول إليها بسهولة، لكن في موقع بحيث أن لا تصبح مُلوَّثة من مكان العمل.
 - ◀ مرافق الملابس -
 - عندما تُستخدم الملابس الواقية، أو
 - في حالة وجود خطر تلوث ملابس الخروج بالمواد الخطرة
 - ◀ مرافق تغيير الملابس ذات موقع وتصميم بحيث أن تحوّل دون انتشار التلوث من الملابس الواقية إلى ملابس الخروج ومن مرفق إلى آخر.

ج. الألياف الزجاجية الاصطناعية وأصواف العزل (الصوف الزجاجي، الصوف الصخري، صوف الخَبَث المعدني (مدونة الممارسات)

1. القواعد الصحية

- ينبغي لأصحاب العمل:
- ◀ توفير مناطق للعمل وللتخزين خالية من الدخان
 - ◀ تقليل الملوثات المنقولة بالهواء الأخرى إلى أدنى حد ممكن
 - ◀ توفير مرافق الاغتسال وتغيير الثياب مع -
 - أدواش، عندما يكون مناسباً
 - منح زمن كافٍ للعمال لاستخدام هذه المرافق لتطبيق القواعد الصحية الشخصية خلال فترة العمل، بعد العمل مع أصواف العزل.
- ينبغي للعمال:
- ◀ ارتداء ملابس فضفاضة مريحة طويلة الأكمام، وقفازات تحقق المعايير وقبعة وذلك أثناء مناولة أصواف العزل ونزعها؛
 - ◀ ارتداء ملابس تقلل إلى أدنى حد ممكن الإجهاد الحراري العام والانزعاج، حيثما يكون ذلك ممكناً عملياً؛
 - ◀ تغيير الملابس المُلوَّثة عند الضرورة، وعدم ارتدائها خارج مكان العمل.

د. الحرير الصخري (الأسبستوس) (مدونة الممارسات)

1. القواعد الصحية

- ينبغي لأصحاب العمل أن يوفروا:
- ◀ الملابس الواقية المناسبة والمعدات التنفسية للعاملين في جمع الحرير الصخري (الأسبستوس) ونقله والتخلص منه الذين يمكن أن يكونوا مُعرَّضين لخطر التعرض للحرير الصخري (الأسبستوس) المنقول بالهواء.
 - ◀ التنظيف بالتفريغ الهوائي (أو طريقة بديلة لا تطلق الغبار) للمركبات والأوعية والأغطية التي ستستخدم ثانية التي كانت على تماس مع نفايات الحرير الصخري (الأسبستوس).
 - ◀ ملابس واقية، ومرافق الاستحمام بالأدواش ولتخزين الملابس المُلوَّثة وجمعها وتنظيفها أو التخلص منها.

◀ وحدة إزالة التلوث التي هي -

- متاخمة لموقع العمل أو قريبة منه حيثما يكون ذلك عملياً على نحو معقول، و
- حيث الملابس والأحذية الملوثة يمكن أن تُخزَّن ويُزال عنها الغبار بالتفريغ الهوائي أو تُخلَّغ؛ و
- مع تهوية العادم التي تولد ضغطاً سلبياً.
- ◀ تعليمات دقيقة لكافة العمال بشأن الحفاظ على نظافة مكان العمل والقواعد الصحية الشخصية، وبشأن الالتزام بإجراءات إزالة التلوث.
- ◀ المشرف المختص المُكلَّف الذي سيضمن:
 - الامتثال لكافة إجراءات التحكم بالغبار
 - اعتيان الهواء الضروري لضمان أن مستويات ألياف الحرير الصخري (الأسبستوس) المنقولة بالهواء خارج موقع العمل هي دون حدود التعرض المُقرَّرة.

هـ. الإشعاع (الإشعاعات المُؤيَّنة) (مدونة الممارسات)

1. القواعد الصحية

ينبغي لأصحاب العمل إبلاغ العمال بشأن:

- ◀ طبيعة ومصادر الأخطار الصحية المحتملة التي قد تنجم عن التعامل مع مصادر الإشعاع أو استخدامها؛ و
 - ◀ معايير ومبادئ الحماية من الإشعاع وتدابير التحكم التي يتعين اتخاذها مناسبة لعملهم؛ و
 - ◀ طرائق وتقنيات العمل الآمنة التي ينبغي أن يلتزموا بها؛ و
 - ◀ الاستخدام والتشغيل المناسبين للرصود الشخصي وتجهيزات الحماية، و
 - ◀ تدابير القواعد الصحية الشخصية التي يتعين اتباعها للحد من المدخول من المواد المُشعَّة؛ و
 - ◀ قواعد وإجراءات الحماية من الإشعاع، بما في ذلك تدابير الإسعافات الأولية الملائمة.
- يجب على العمال ملاحظة ممارسات القواعد الصحية الشخصية حيثما ينطوي العمل على التعرض للمصادر غير المختومة للمواد المُشعَّة كاستخدام ملابس العمل النظيفة والاستحمام بالأدواش في مكان قريب من العمل لأن هذه الممارسات تساعد على تقليل إلى أدنى حد ممكن المدخول من المواد المُشعَّة.

4. استنتاجات

توفر هذه الوحدة خلفية للمواد التدريبية القادمة التي تسعى إلى توفير مهارات أساسية لتعزيز هذه الأهداف. وبالتالي، ينبغي أن توضع في الاعتبار المعلومات السابقة عند قراءة الوحدات المتبقية.

كما تُظهر الصفحات السابقة، فإن المياه والإصحاح والقواعد الصحية هي جزء لا يتجزأ من تدابير الحفاظ على حياة العمال وصحتهم بموجب معايير العمل الدولية ومدونات الممارسات. بعد الأخذ بعين الاعتبار بعناية أولويات كل صناعة، فقد أكد القائمون بصياغة هذا الدليل على تدابير محددة لضمان رفاه العمال وإنتاجيتهم.

توجز هذه المعايير توقعات المجتمع الدولي من الحكومات وأصحاب العمل والعمال لضمان أن العمل يُنجز بطريقة مُستدامة عبر السماح للعمال بالأداء الجيد خلال حياتهم المهنية بأكملها، وأن العمال لا يزالون يتمتعون بالصحة بعد تقاعدهم من القوى العاملة. توفر هذه الصكوك أيضاً منصة مشتركة لأصحاب العمل لحماية البيئة والسكان القاطنين حول أماكن العمل.



© UN Photo/Kibae Park

المراجع

- ▷ Asfaw, B.; Azage, M.; and Gebregergs, G. B. 2016. "Latrine access and utilization among people with limited mobility: A cross sectional study", in *Arch Public Health*, Vol. 74, p. 9.
- ▷ Bodin, T.; Garcia-Trabanino, R.; Weiss, I.; Jarquin, E.; Glaser, J.; Jakobsson, K.; Lucas, R. A.; Wesseling, C.; Hogstedt, C.; Wegman, D. H.; and Group, W. E. P. W. 2016. "Intervention to reduce heat stress and improve efficiency among sugarcane workers in El Salvador: Phase 1", in *Occup Environ Med*, Vol. 73, No. 6, pp.409-16.
- ▷ Brown, D.; Domat, G.; Veeraragoo, S.; Dehejia, R.; and Robertson, R. 2015. Are sweatshops profit-maximizing? : Answer: No. Evidence from Better Work Vietnam, Better Work discussion paper No. 17 (Geneva: ILO).
- ▷ Clark, W. F.; Sontrop, J. M.; Huang, S. H.; Moist, L.; Bouby, N.; and Bankir, L. 2016. "Hydration and Chronic Kidney Disease Progression: A Critical Review of the Evidence", in *Am J Nephrol*, Vol. 43, No. 4), pp.281-92.
- ▷ Cronk, R.; Slaymaker, T.; and Bartram, J. 2015. "Monitoring drinking water, sanitation, and hygiene in non-household settings: Priorities for policy and practice", in *Int J Hyg Environ Health*, Vol. 218, No. 8), pp.694-703.
- ▷ Davy, B. M.; You, W.; Almeida, F.; Wall, S.; Harden, S.; Comber, D. L. and Estabrooks, P. A. 2014. "Impact of individual and worksite environmental factors on water and sugar-sweetened beverage consumption among overweight employees", in *Prev Chronic Dis*, Vol. 11, No., pp.E71.
- ▷ Di Martino, V.; Filippi, Soraya; Claude Loiselle, 2003. Company cases and cross-company initiatives: Working conditions improvement in Haiti (Geneva: ILO)
- ▷ Garcia-Arroyo, F. E.; Cristobal, M.; Arellano-Buendia, A. S.; Osorio, H.; Tapia, E.; Soto, V.; Madero, M.; Lanaspa, M. A.; Roncal-Jimenez, C.; Bankir, L.; Johnson, R. J. and Sanchez-Lozada, L. G. 2016. "Rehydration with soft drink-like beverages exacerbates dehydration and worsens dehydration-associated renal injury", in *Am J Physiol Regul Integr Comp Physiol*, Vol. 311, No. 1, pp.R57-65.
- ▷ ILO. 1951. Hygiene in Shops and Offices, Report II, Advisory Committee on Salaried Employees and Professional Workers, Second Session, 1952 (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 1963. Hygiene in shops and offices. Report VI (1), International Labour Conference, 47th Session (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 1987. Safety and Health in Construction, Discussion in plenary. 73rd International Labour Conference (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 1994a, 1994b. Safety and health in mines. Reports V (1) and V (2), International Labour Conference 81st session (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 1996. Promoting Productivity and Social Protection in the Urban Informal Sector: The Interdepartmental Project on the Urban Informal Sector (1994/95). Working Paper IDP INF./WP-6 (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2000a. Safety and health in agriculture. Report VI (1), International Labour Conference, 88th Session (Geneva: ILO).



- ▷ _____. 2000b. Safety and Health in Agriculture: report of the Committee on Safety and Health in Agriculture. Provisional Record 24. International Labour Conference 88th session (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2001a. ILO Guidelines on OSH Management systems (Geneva: ILO)
- ▷ _____. 2001b. Report of the 29th Session of the Joint Maritime Commission (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2003. The Health of Workers in Selected Sectors of the Urban Economy: Challenges and Perspectives. Working Paper 288. Geneva: ILO, 2013.
- ▷ _____. 2006-2012. OSH Country profiles. Available at:
.
- ▷ _____. 2008. Promotion of rural employment for poverty reduction, Report IV. International Labour Conference, 97th Session (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2009a. "BetterWork, Good Practices: Apparel-- Better working conditions, better business".
- ▷ _____. 2009b. General Survey concerning the Occupational Safety and Health Convention, 1981 (No. 155), the Occupational Safety and Health Recommendation, 1981 (No. 164), and the Protocol of 2002 to the Occupational Safety and Health Convention, 1981, Report III (Part 1B), International Labour Conference 98th Session (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2013a. Employment practices and working conditions in Thailand's fishing sector. Bangkok: ILO
- ▷ _____. 2013b. "Training Package on Workplace Risk Assessment and Management for Small and Medium-Sized Enterprises". (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2014a. Ergonomic checkpoints in agriculture: Practical and easy-to-implement solutions for improving safety, health and working conditions in agriculture (Geneva: ILO)
- ▷ _____. 2014b. The rules of the Game: a brief introduction to international labour standards, 3rd Ed. (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2015a: Decent work in oil palm and tea plantations: Surveys in Indonesia, Sri Lanka and Ghana (unpublished).
- ▷ _____. 2015b. Conclusions of the Tripartite Sectoral Meeting on Safety and Health in the Road Transport Sector (Geneva: ILO).
- ▷ _____. 2015c: Working Conditions, Productivity and Profitability Evidence from Better Work Vietnam.
- ▷ _____. 2015d. "Providing access to quality services in the rural economy to promote growth and social development" in *Portfolio of Policy Guidance Notes on the Promotion of Decent Work in the Rural Economy* (Geneva).
- ▷ ILO, FAO, and IUF. 2007. "Agricultural Workers and Their Contribution to Sustainable Agriculture and Rural Development" (Geneva: ILO).
- ▷ Kiendrebeogo, Y. 2012. Access to Improved Water Sources and Rural Productivity: Analytical Framework and Cross-country Evidence, *African Development Review*, Vol. 24, No. 2, 2012, 153–166.

- ▷ Laws, R. L.; Brooks, D. R.; Amador, J. J.; Weiner, D. E.; Kaufman, J. S.; Ramirez-Rubio, O.; Riefkohl, A.; Scammell, M. K.; Lopez-Pilarte, D.; Sanchez, J. M.; Parikh, C. R. and Mcclean, M. D. 2016. "Biomarkers of Kidney Injury Among Nicaraguan Sugarcane Workers", in *Am J Kidney Dis*, Vol. 67, No. 2), pp.209-17.
- ▷ Macleod, M.; Pann, M.; Cantwell, R. and Moore, S. 2014. "Issues in access to safe drinking water and basic hygiene for persons with physical disabilities in rural Cambodia", in *J Water Health*, Vol. 12, No. 4), pp.885-95.
- ▷ Manz, F. 2007. "Hydration and disease", in *J Am Coll Nutr*, Vol. 26, No. 5 Suppl), pp.535S-541S.
- ▷ Polkinghorne, B. G.; Gopaldasani, V.; Furber, S.; Davies, B. and Flood, V. M. 2013. "Hydration status of underground miners in a temperate Australian region", in *BMC Public Health*, Vol. 13, No., pp.426.
- ▷ Roncal-Jiménez, C.; Garcia-Trabanino, R.; Barregard, L.; Lanaspa, M. A.; Wesseling, C.; Harra, T.; Aragon, A.; Grases, F.; Jarquin, E. R.; Gonzalez, M. A.; Weiss, I.; Glaser, J.; Sanchez-Lozada, L. G. and Johnson, R. J. 2016a. "Heat Stress Nephropathy From Exercise-Induced Uric Acid Crystalluria: A Perspective on Mesoamerican Nephropathy", in *Am J Kidney Dis*, Vol. 67, No. 1), pp.20-30.
- ▷ Roncal-Jiménez, C. A.; Garcia-Trabanino, R.; Wesseling, C. and Johnson, R. J. 2016b. "Mesoamerican Nephropathy or Global Warming Nephropathy?", in *Blood Purif*, Vol. 41, No. 1-3), pp.135-8.
- ▷ Sommer, M.; Chandraratna, S.; Cavill, S.; Mahon, T.; and Phillips-Howard, P. 2016. "Managing menstruation in the workplace: an overlooked issue in low- and middle income countries", in *International Journal for Equity in Health* Vol. 15, pp. 86-90.
- ▷ Uddin, S. M.; Walters, V.; Gaillard, J. C.; Hridi, S. M. and Mcsherry, A. 2016. "Water, sanitation and hygiene for homeless people", in *J Water Health*, Vol. 14, No. 1, pp.47-51.
- ▷ United Nations (UN). 2016. General comment No. 23 (2016) on the right to just and favourable conditions of work (article 7 of the International Covenant on Economic, Social and Cultural Rights) (Geneva: UN).
- ▷ Wanjek, C. 2005. Food at work: Workplace solutions for malnutrition, obesity and chronic diseases. Geneva: ILO.
- ▷ Weber, A. 2011. "Occupational Hygiene: Goals, Definitions and General Information", ILO Encyclopaedia,
- ▷ Wesseling, C.; Aragon, A.; Gonzalez, M.; Weiss, I.; Glaser, J.; Bobadilla, N. A.; Roncal-Jimenez, C.; Correa-Rotter, R.; Johnson, R. J. and Barregard, L. 2016. "Kidney function in sugarcane cutters in Nicaragua - A longitudinal study of workers at risk of Mesoamerican nephropathy", in *Environ Res*, Vol. 147, No., pp.125-32.
- ▷ World Health Organization (WHO). 2012. "Accelerating work to overcome the global impact of neglected tropical diseases – A roadmap for implementation". (Geneva: World Health Organization).
- ▷ World Water Assessment Programme (WWAP). 2016. The United Nations World Water Development Report: Water and Jobs (Paris: UNESCO).

الوحدة 1 المياه





الوحدة 1: المياه

ما هي المياه الآمنة في مكان العمل؟

- تشير المياه في مكان العمل إلى قابلية الحصول على المياه الآمنة لأغراض الشرب والقواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل، ضمن مسافة معقولة عن مكان تأدية مهمات العمل أو موقع العمل.
- ينبغي النظر إلى المياه المأمونة في مكان العمل بشكل شمولي كعنصر أساسي للحفاظ على السلامة والصحة المهنيين من خلال تصريف المياه، ومكافحة نواقل الأمراض، وإدارة الأخطار المرتبطة بالعمل.
- يشمل الحصول على المياه الآمنة أيضاً تدخلات تقلل من تعرض الإنسان للمياه الملوثة عبر توفير آليات لتعزيز القواعد الصحية والإصحاح. وهو ينطوي على السلوكيات والمرافق التي تعمل معاً كي يكون مكان عمل آمناً وصحياً.

محتويات هذه الوحدة

تعرض هذه الوحدة أهمية الحصول على مياه آمنة والأحكام الضرورية للحفاظ على بيئة عمل آمنة وصحية. إن هدف الدليل التدريبي هو إبلاغ كافة أصحاب المصلحة بشأن:

الدليل 3.1

تصريف المياه،
ومكافحة نواقل الأمراض،
والأخطار المرتبطة بالمياه



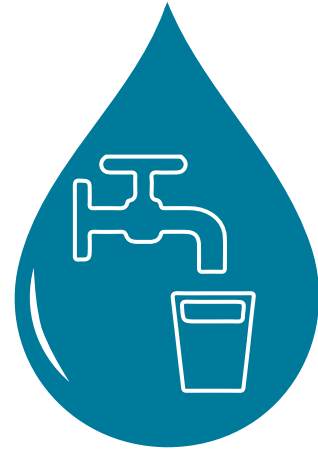
الدليل 2.1

المياه الآمنة من أجل القواعد
الصحية الشخصية
والقواعد الصحية في مكان العمل



الدليل 1.1

مياه الشرب الآمنة



الدليل 1.1. مياه الشرب الآمنة

1. تهديدات الأحياء الدقيقة (الميكروبات)

قد تكون المياه مُلوّثة بالجراثيم أو الفيروسات أو الطفيليات، وهي جميعها ترتبط بنقل أمراض عديدة.

◀ إن الخطر الأكبر على الصحة من الجراثيم في المياه ناجم عن التلوث بمُفَرَّغات الإنسان والحيوان.

◀ إذا ما أصيب شخص بعدوى، فإن الأحياء الدقيقة (الميكروبات) قد تتضاعف وتنتشر في مُفَرَّغات الإنسان وتُعدي الآخرين.

◀ يمكن أيضاً أن يتضاعف بعض الأحياء الدقيقة (الميكروبات) في الطعام والمشروبات وأنظمة المياه الدافئة، مما يزيد من خطر التلوث والعدوى.

الأضرار المنقولة بالمياه/ عوامل المرض (على سبيل المثال لا الحصر):



الجرثومية

- ◀ الرُّحار
- ◀ الكُوليرا (الهَيْصَة)
- ◀ الحُمَّى التَّيفِيَّة
- ◀ الإِشْرِيكِيَّة القَوْلُونِيَّة *Escherichia coli*

الفيروسية

- ◀ التَّهَاب الكَبِد E
- ◀ التَّهَاب الكَبِد A
- ◀ التَّهَاب سِنْجَابِيَّة النُّخَاع (سَلَل الأَطْفَال)

الطفيلية

- ◀ حَفِيَّة الأَبْوَاغ *Cryptosporidium*
- ◀ الجِيَارْدِيَّة
- ◀ المُقَوَّسَة الغُونْدِيَّة *Toxoplasma gondii*

المصدر: World Health Organization (2015). Waterborne diseases, Fact sheet N391

المياه أساسية لبقاء كافة الكائنات البشرية حية. فبدون المياه الآمنة لا يستطيع الأشخاص ببساطة البقاء على قيد الحياة، أو الازدهار في بيئة صحية. إن سلامة المياه هي مصدر قلق متزايد في بلدان كثيرة، لأن مصادر المياه عرضة بصورة متزايدة للتهديد من التلوث بالأحياء الدقيقة (الميكروبات) أو التلوث الكيميائي اللذين يؤثران على صحة الأفراد، عدا عن التنمية الاقتصادية والبيئة الاجتماعية للمجتمعات والأمم. يمكن أن تنتشر الأمراض في أماكن عمل وبيئات معيشية كثيرة بسبب عدم اتباع القواعد الصحية الشخصية والغذائية والبيئية، وهذا بدوره ناجم عن عدم كفاية المياه وعن استهلاك المياه الملوّثة.

حقائق أساسية عن مياه الشرب



- ◀ 663 مليون شخص لا يحصلون على مياه الشرب النظيفة حتى الآن.
- ◀ 8 من 10 أشخاص لا يحصلون على المياه النظيفة وهم يحيون في مناطق ريفية.
- ◀ 159 مليون شخص يَستخدِمون مياهاً غير مُعالَجة من البحيرات والأنهار - مصدر المياه الأقل أماناً هناك.
- ◀ على الأقل 1.8 مليون شخص يستخدمون مصدراً لمياه شرب مُلوّثاً بالبراز.
- ◀ يُقدَّر أن مياه الشرب الملوّثة تسبب سنوياً 502,000 حالة وفاة ناجمة عن الإسهالات.

المصدر: World Health Organization (2015). Drinking water, Fact sheet N°391

ما المقصود بمياه الشرب الآمنة؟

مياه الشرب الآمنة، تُعرَّف أيضاً بـ «المياه الصالحة للشرب» أو «مياه الشرب المُحَسَّنة»، هي «المياه ذات النوعية الكافية لاستخدامها للشرب (بالإضافة إلى الطهي) والقواعد الصحية الشخصية والمنزلية) دون أن تسبب خطراً على الصحة.» لسوء الحظ، إن الكثير من المياه المخصصة للشرب غير آمن دوماً. إن التهديدات الرئيسية الثلاثة لمياه الشرب هي تهديد الأحياء الدقيقة (الميكروبات) والتهديدان الكيميائي والإشعاعي.



3. التهديدات الإشعاعية

قد تحتوي مياه الشرب أيضاً على المواد المُشعَّة التي يمكن أن تشكل خطراً على صحة الإنسان. عادة ما تكون الأخطار الإشعاعية أقل خطورة مقارنة بالأخطار من الأحياء الدقيقة (الميكروبات) والمواد الكيميائية.

◀ باستثناء الظروف الشديدة، فإن جرعة الإشعاع في مياه الشرب أقل كثيراً من الجرعة التي يتم تلقيها من مصادر الإشعاع الأخرى.

◀ إن اختبارات الأسلحة النووية، والانبعاثات الاعتيادية من المرافق الصناعية والطبية والحوادث أضافت إلى مياه الشرب نشاطاً إشعاعياً من صنع الإنسان.

ما هي المصادر التي توفر مياه الشرب المأمونة؟

في حين أن ثمة مصادر كثيرة للمياه، فإنه ينبغي الوثوق بمصادر مياه الشرب المُحسَّنة فقط من أجل الشرب والطهي. إن مصدر مياه الشرب «المُحسَّنة» هو، بحسب طبيعة إنشاءه أو من خلال التدخل الفعَّال، المصدر المَحْمِي من التلوث الخارجي، لاسيما من التلوث بالمادة البرازية.

2. التهديدات الكيميائية

بالإضافة إلى الجراثيم، من الممكن أن تحتوي المياه أيضاً على بعض المواد الكيميائية. إن بعضها غير ضار، لكن يمكن أن يسبب البعض الآخر آثاراً صحية سلبية.

◀ إن معظم المواد الكيميائية في مياه الشرب هو مصدر قلق بعد التعرض الطويل عادة (سنوات وليس أشهراً)؛ ويعود السبب في ذلك إلى أن الآثار الصحية عادة قد تتراكم وتزداد سوءاً بمرور الزمن.

◀ يمكن أن تصل المواد الكيميائية إلى المياه من مصادر مختلفة؛ وهي تتضمن:

- المصادر الطبيعية (من الصخور والتربة)
- المصادر الصناعية أو البشرية (المنتجات الثانوية للتصنيع أو المواد الكيميائية من نفايات المناجم)
- الأنشطة الزراعية (مبيدات الآفات والمُخصَّبات (الأسمدة))
- مواد على تماس مع مياه الشرب (المواد المُطهِّرة والمواد الكيميائية في أنابيب المياه)

الملوثات الكيميائية في المياه (أمثلة)



مصادر طبيعية

- ◀ الزرنيخ (الأرسنيك)
- ◀ الفلوريد
- ◀ الحديد

مصادر صناعية ومساكن البشر

- ◀ البيريليوم
- ◀ السيانيد
- ◀ الزئبق

الأنشطة الزراعية

- ◀ الأمونيا (النشادر)
- ◀ الإندوسلفان (مبيد آفات)
- ◀ النيترات

معالجة المياه أو مواد على تماس مع مياه الشرب

- ◀ الحريز الصخري (الأسبستوس)
- ◀ الكلور
- ◀ الرصاص

الجدول 1.1.1. المصادر المحسنة وغير المحسنة لمياه الشرب.

التعريف	مصدر المياه	
أنابيب مياه متصلة مع شبكة أنابيب في المنزل إلى صنوبر واحد أو أكثر (مثلاً، المطبخ وغرفة الاستحمام). تدعى أيضاً التوصيلات المنزلية.	المياه الموزعة إلى المنازل بالأنابيب	مياه الشرب المحسنة
أنابيب مياه موصولة إلى صنوبر يقع في الفناء أو قطعة أرض خارج المنزل. تدعى أيضاً توصيلات الفناء.	المياه الموزعة إلى الفناء أو قطعة أرض بالأنابيب	
نقطة مياه عاملة يستطيع الأشخاص جمع المياه منها. قد تزود بصنوبر أو أكثر، وهي مصنوعة من الآجر أو الخرسانة. تدعى أيضاً النافورة العامة.	الصنوبر العام	
حفرة عميقة حُفرت بغية الوصول إلى المياه الجوفية. تُشَبَّد مع قميص أو أنابيب للحيلولة دون انخسافها والحماية مصدر المياه من الرشع بمياه المسيل. تُصَخ المياه بوسيلة تولد الطاقة التي قد يكون مصدرها الإنسان أو الحيوان أو الرياح أو الكهرباء أو الديلزل أو الشمس.	البئر الأنبوبي أو الحفرة العميقة	
بئر محمي من مياه المسيل بواسطة بطانة أو قميص للبئر يرتفع فوق مستوى الأرض ومزود بمنصة تحوّل المياه المتسربة بعيداً عن البئر. يزود البئر أيضاً بغطاء كي لا تسقط الحيوانات فيه ولا تُلَقَى النفايات فيه.	البئر المحفور يدويًا المحمي	
ينبوع طبيعي محمي من المسيل ومن روث الطيور ومن الحيوانات بواسطة «صندوق الينبوع» المصنوع من الآجر أو الخرسانة والمشاد حول الينبوع بحيث تتدفق المياه خارج الصندوق وإلى أنبوب أو مُسْتَجْمِع، دون التعرض للتلوث الخارجي.	الينبوع المحمي	
أمطار تُجمَع من السطوح (بواسطة مُسْتَجْمِع سقفي أو أرضي) وتُحزَّن إلى حين استخدامها.	مياه الأمطار	
ينبوع عرضة للمسيل وروث الطيور ودخول الحيوانات. عادة ما لا تزود الينابيع غير المحمية بـ «صندوق الينبوع».	الينبوع غير المحمي	مياه الشرب غير المحسنة
بئر محفور الذي من أجله إحدى النقطتين التاليتين حقيقتية: (1) غير محم من مياه المسيل؛ أو (2) غير محم من روث الطيور ومن الحيوانات. في حال أن إحدى النقطتين حقيقتية، فإن البئر يُعتبر غير محم.	البئر المحفور يدويًا غير المحمي	
مياه تُباع من قِبَل مُزَوِّد يقوم بنقل المياه إلى المجتمع باستخدام عربات تجرها الحمير، ومركبات مجهزة بمحرك، ووسيلة أخرى.	خزّان صغير أو برميل المياه الموزعة	
مياه تُنقل إلى المجتمع بشاحنة وتُباع من صهريج المياه.	شاحنة صهريجية	
هي المياه التي تتوضع فوق سطح الأرض؛ تتضمن الأنهار والسدود والبحيرات والبرك والجداول والقنوات وأقنية الري.	المياه السطحية	

المصدر: WHO/UNICEF Joint Monitoring Program (JMP) for Water Supply and Sanitation. Improved and unimproved water sources and sanitation facilities. 2015.

□ **التَّجْفَاف الشديد.** يمكن أن يؤدي إلى اضطرابات كلوية وبولية، وقد يؤدي إلى الوفاة؛ ويتطلب التَّجْفَاف الشديد رعاية طبية خاصة.

من الصعب وضع تعريف لكمية «الحد الأدنى المطلق» من مياه الشرب اللازمة للحفاظ على الإِماهة. تختلف المتطلبات الدنيا للعامل بين عامل وآخر، وتعتمد على عوامل مختلفة كثيرة، بما في ذلك:

- ◀ خصائص العامل، كالعمر، ومُشعر كتلة الجسم، والحالة البدنية، ودرجة التأقلم، والاستقلاب، ووجود حالات صحية، وتناول العقاقير والمشروبات الكحولية.
- ◀ نوع مهام العمل التي يؤديها العامل، أي خفيفة أو متوسطة أو شديدة.
- ◀ درجة الحرارة والرطوبة.
- ◀ استخدام الملابس ومعدات الوقاية الشخصية.

مع الأخذ بعين الاعتبار أننا نفقد الماء من خلال التعرق، فإن أيًّا من أنشطة العمل التي تزيد معدل تعرقنا، بالإضافة إلى ارتفاع درجات الحرارة، هي عوامل رئيسية يتعين أخذها بعين الاعتبار أثناء تحديد احتياجات الإِماهة للعامل. يعرض الجدول الوارد أدناه قيماً إرشادية لأخذها بعين الاعتبار.

الجدول 2.1.1.1. احتياجات الإِماهة استناداً إلى النشاط ودرجة الحرارة.

بيئة معتدلة، مستقرة	نشاط بدني و/ أو درجة الحرارة مرتفعة
أنثى بالغة	2.2 لتر/ يوم
ذكر بالغ	2.9 لتر/ يوم
	4.5 لتر/ يوم
	4.5 لتر/ يوم

المصدر: Howard G, Bartram J. (2003) Domestic Water Quantity, Service, Level and Health. World Health Organization

المياه المعبأة بقوارير - تعتبر أيضاً مصدراً لمياه الشرب. مع ذلك، لا تعتبر المياه المعبأة بقوارير مُحسَّنة إلا عندما تُستخدم المنازل وأماكن العمل مياه الشرب من مصدر مُحسَّن للطهي وللقواعد الصحية الشخصية؛ وعندما لا تُتاح هذه المعلومات، فإن المياه المعبأة بقوارير تُصنَّف على أساس كل حالة على حدة.

تذكير: العمل في عمليات الحيوانات وذبحها



◀ قد تنطوي أنشطة العمل مع الحيوانات على التعرضات لنفاياتها، بالإضافة إلى خطر التعرضات للجراثيم، وتلوث المياه الجوفية. إن الإِشْرِيكِيَّة القُولُونِيَّة هي إحدى مسببات العدوى التي تحظى باهتمام كبير، وهي ناجمة عن مُفْرَغَات الحيوانات.

◀ قد تحدث العدوى لدى العاملين، لاسيما العاملين الشباب والأطفال، كنتيجة لتلوث المياه الجوفية، بما في ذلك الآبار، بالإِشْرِيكِيَّة القُولُونِيَّة. يكن للعدوى الناجمة عن شرب المياه المُلوَّثة أن تؤدي إلى أمراض مَعِدِيَّة مَعَوِيَّة شديدة كالإسهالات والاضطرابات الكلوية الشديدة واضطرابات أخرى، وقد تؤدي إلى الوفاة.

◀ ينبغي لأشغلة العمل التي تنطوي على الحيوانات أن تأخذ بعين الاعتبار إمكانية تلوث المياه الجوفية، كما ينبغي توخي الحذر الشديد.

المصدر: لمزيد من المعلومات، أنظر: Safety and health in agriculture: an ILO code of practice (2010)؛ أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة تلك بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014. وهي متاحة على موقع المعهد.

ما هي متطلبات العامل من مياه الشرب؟

إن المياه هي حاجة أساسية لجسم الإنسان وبالغة الأهمية لحياة الإنسان. يحتاج جسم الإنسان إلى مقدار أدنى من المياه كي يكون قادراً على تأدية وظائفه على نحو ملائم. وبدون مقدار معين من المياه يحدث التَّجْفَاف الخفيف ومن ثم الشديد.

□ **التَّجْفَاف الخفيف.** يؤدي إلى آثار صحية سلبية كفقدان اليقظة والتركيز، والصداع، والتخليط. بالإمكان عكس التَّجْفَاف الخفيف عبر زيادة المدخول من السوائل، كما يمكن تعويضه عبر استخدام محاليل استعاضة الملح.

الجدول 3.1.1. الاحتياجات الإرشادية من الإماهة استناداً إلى درجة الحرارة والنشاط ونسبة العمل/الراحة.

العمل الشديد (الثقيل)		العمل المعتدل		العمل الخفيف (السهل)		درجة الحرارة المؤثرة (WBGT)
المدخول من الماء (ليتر/ ساعة)	حد نسبة العمل/الراحة	المدخول من الماء (ليتر/ ساعة)	حد نسبة العمل/الراحة	المدخول من الماء (ليتر/ ساعة)	حد نسبة العمل/الراحة	سيلزيوس
0.75	20/40 دقيقة	0.75	ل ح	0.5	ل ح	27.7-25.6
1	30/30 دقيقة	0.75	10/50 دقيقة	0.5	ل ح	29.4-27.8
1	30/30 دقيقة	0.75	20/40 دقيقة	0.75	ل ح	31.1-29.4
1	40/20 دقيقة	0.75	30/30 دقيقة	0.75	ل ح	32.2-31.1
1	50/10 دقيقة	1	40/20 دقيقة	1	50/10 دقيقة	أكثر من 32.2

ملاحظات:

1. القيم إرشادية بطبيعتها
2. ل ح = لا يوجد حد ل زمن العمل بالساعة
3. في حال استخدام الملابس الواقية الكاملة، أضيف 6 سيلزيوس إلى الحرارة المؤثرة
4. في حالة استخدام درع الجسم الشخصي، أضيف 4 سيلزيوس إلى درجة الحرارة المؤثرة في المناخ الرطب
5. لا ينبغي للمدخول من السوائل أن يتجاوز 12 ليترًا يوميًا
6. تحذير: لا ينبغي للمدخول من السوائل أن يتجاوز ليترًا واحداً لكل ساعة
7. تعني الراحة نشاطاً بديلاً أدنى (جلوس أو وقوف)، منجزاً في الظل، إذا أمكن ذلك
8. إن زمن العمل/الراحة وحجوم استعاضة السوائل تحافظ على الأداء والإماهة لمدة على الأقل 4 ساعات من العمل في فئة العمل الموصوفة. قد تتراوح الاحتياجات الفردية من الماء ما مقداره ± 0.25 ليتر/ ساعة

المصدر: *Published in Safety and health in agriculture. ILO code of practice. Appendix VI. Adapted from: Montain SJ, et al. Fluid Replacement Recommendations for Training in Hot Weather. Military Medicine, 164,7:502-508, 1999*. وقد أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق هذه المدونة بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد.

تتطلب استخدام العمال لمعدات الوقاية الشخصية غير النفوذة أو نصف النفوذة.

ماذا بشأن المجموعات الخاصة من العمال؟

◀ **العاملون الشباب.** حساسون تجاه التَّجفاف بسبب نمو أجسامهم. إنهم أقل قدرة على تنظيم درجات حرارة أجسامهم في ظروف العمل الحارة. يولد العمال الشباب حرارة لكل باوند (يعادل 453.68 غرام) من وزن الجسم أكثر من البالغين. بالإضافة إلى ذلك، قد تنقصهم المعرفة بشأن الحفاظ على الإماهة أثناء العمل.

◀ **العاملات الحوامل.** يحتجن إلى استعاضة إضافية من السوائل لضمان تلبية احتياجات الجنين، بالإضافة إلى التزويد من أجل اتساع الحيز خارج الخلوي والسائل السلوي (الأمينوسي). يرفع الحمل بشكل طبيعي درجة حرارة الجسم، مما يجعل النساء أكثر عرضة للإرهاك الحراري.

الأمراض المرتبطة بالحرارة

يعتبر التَّجفاف سبباً رئيسياً للأمراض المرتبطة بالحرارة، بما في ذلك الطَّفح الحراري والإجهاد الحراري والإنهاك الحراري وصَّرْبَة الحرارة. للعمل في بيئات درجة حرارتها مرتفعة أو رطوبتها مرتفعة، أو بالقرب من مصادر الحرارة المُشعَّة، أو في أنشطة بدنية مُجهدة احتمال كبير في تحريض حدوث الإجهاد الحراري لدى العمال. يمكن أن تتضمن الأمثلة:

□ العمليات داخل المباني أو في حيز مغلق كمسابك الحديد والصلب، وشي الأجر، ومرافق إنتاج الزجاج والمطاط، والمرافق الكهربائية (غرف المراجل (الغلايات)، والمطابخ، والمنشآت الكيميائية، والمناجم تحت سطح الأرض، والمصاهر.

□ العمليات خارج المباني التي تُنجز في الطقس الحار؛ كالزراعة، والتشييد، والتعدين (التنقيب)، والتكرير، والأنشطة في مواقع النفايات الخطرة، لاسيما تلك التي



- أن تكون مغلقة بإحكام لحماية المياه من التلوث من المصادر الخارجية؛ و
- أن تكون مجهزة بصنبور لتوزيع المياه؛ و
- أن تكون ذات شارات واضحة تدل على محتوياتها؛ و
- أن تُنظَّف وتُطَهَّر بفترات منتظمة للتأكد من أن التلوث لم يحدث فيها.

تذكير: الحفاظ على المياه آمنة



ينبغي أن يكون مصدر مياه الشرب مُعتمداً، سواء أكان ذلك يعني أنها مُزوَّدة بالأنابيب أو جارية، أو يتم توفيرها بحاويات. إن المهم هو الحفاظ عليها نظيفة وآمنة وخالية من التلوث. يعني ذلك أنه لا ينبغي على الإطلاق توفيرها في حاويات مفتوحة كالذلاء التي يجرف منها العمال. إن مصادر المياه المكشوفة، كالذلاء، تزيد من خطر تلوث المياه من الجراثيم المنقولة بالهواء؛ والهوام (الآفات)، والحشرات، والحيوانات الأخرى؛ والمخاطر الكيميائية، كيميادات الآفات؛ والتعرضات من أيدي العمال الآخرين أو أكوابهم أو دلائهم.

ينبغي أن تكون مياه الشرب مستساغة

ينبغي أن تكون المياه مستساغة الطعم وخالية من الرائحة كي يتشجع العمال على شربها.

◀ الوضع المثالي هو أن تكون المياه خالية من المذاق الذي يجعل المُستخدمين يشككون في جودتها. من الأهمية بمكان التذكر أن المذاق لوحده لا يشير دوماً إلى مشكلة صحية مباشرة (مثلاً، إن المياه التي مذاقها قليل من الكلور لا تشكل خطراً صحياً)، لكن إذا ما كان مذاق إمدادات المياه الآمنة ليس جيداً، فإن المُستخدمين قد يقررون الشرب من مصادر بديلة غير آمنة (مثلاً، المياه السطحية غير المُعالَجة من البرك أو البحيرات) ويعرِّضون صحتهم للخطر.

◀ ينبغي أن تكون درجة حرارة المياه ملائمة استناداً إلى ظروف مكان العمل والظروف البيئية. في البيئات التي

◀ **العاملات المُرضعات.** للعاملات المرضعات متطلبات إضافية من المياه بمقدار 0.75 - 1 لتر لكل يوم خلال الأشهر الستة الأولى من الإرضاع.

◀ **العاملون المُعَوَّقون.** قد يواجهون عوائق للوصول إلى مواقع مياه الشرب؛ وقد يكون لديهم أيضاً متطلبات مختلفة من مدخول المياه.

◀ **العاملون المسنونون.** قد لا يحتاجون إلى مقادير إضافية من الماء، لكنهم قد يكونون في خطر أكبر من التَّجفاف بسبب تناقص الشعور بالعطش.

◀ **العاملون المرضى أو ناقصو المناعة.** قد يكونون أكثر عرضة للإصابة بالمرض الناجم عن المياه المُلوثة مقارنة بالعمال الأصحاء. بحسب مرضهم، قد يعانون من التَّجفاف ويحتاجون إلى مقدار من الماء أو الكهارل (الأيونات (الشوارد)).

ما هي متطلبات مكان العمل من مياه الشرب؟

إن الحصول على مياه الشرب الآمنة في مكان العمل هو حق من حقوق الإنسان الأساسية. وبغية الحفاظ على العمال سالمين أصحاء ومنتجين، فإنه يجب على صاحب العمل ضمان الحصول على مياه الشرب الآمنة، ومستلزماتها (كالأكواب)، بالإضافة إلى صيانة مرافق المياه، يُعرض أدناه توصيات بشأن توفير مياه الشرب في مكان العمل.

ينبغي أن يكون مصدر مياه الشرب مُعتمداً

يعني ذلك أنه ينبغي أن يكون المصدر مُعتمداً من قِبَل سلطة المياه، وإمداده من قِبَلها ومراقبته من قِبَلها، وينبغي أن تضمن تلك السلطة أنه صالح للشرب.

◀ ينبغي توفير المياه الجارية فيما إذا كان ذلك متاحاً وعملياً. تتضمن الأمثلة النوافير التي توزع المياه بالأنابيب، ومرافق المياه المتصلة بالمصدر بالأنابيب.

◀ إذا ما تعذر توفر المياه الجارية، فإنه ينبغي توفير مياه الشرب بحاويات. تتضمن الأمثلة مُبرِّدات المياه، والعبوات المعدنية، والحاويات الأخرى المغلقة والمجهزة بصنبور. ينبغي للعبوات:

◀ قد يكون العمل في المناخ حاراً وشاقاً! ينبغي أن تكون مياه الشرب متاحة فوق سطح المنجم وتحت حسب الحاجة.

دراسة حالة: الإماهة بدون استخدام اليدين

في السلفادور أُجريت دراسة تدخلية مختلطة الطريقة بين عمال تقطيع قصب السكر لتقليل الإجهاد الحراري والتجفاف دون انخفاض الإنتاجية. زُوِد ستون عاملاً بحاوية مياه على شكل حقيبة محمولة على الظهر مجهزة بأنبوب موصول إلى الحقيبة وبقطعة فموية من أجل الإماهة المتواصلة بدون استخدام اليدين. تضمن التدخل أيضاً مناطق للراحة مُظَلَّلَة نُقَّالَة، وفترات راحة مبرمجة زمنياً، ومناج مُحَسَّنة أرغونومياً (تلاؤمياً)، واستراتيجيات تتعلق بالكفاءة. لقد جُمِعت البيانات الصحية في مراحل التدخل المختلفة. لقد ازداد استهلاك المياه بعد التدخل بين العمال بمقدار 25 بالمئة مقارنة بخط الأساس، وتناقصت أمراض الإجهاد الحراري والتجفاف. ازداد الإنتاج اليومي لكل شخص من 5.1 طن من قصب السكر إلى أكثر من 7.3 طن من قصب السكر بعد التدخل، الذي كان أكبر مما هو عليه في مجموعات التقطيع الأخرى. قدمت المجموعات البؤرية المشاركة تقارير إيجابية بشأن مكونات البرنامج التي يبدو أنه يقلل بشكل كبير من أثر الإجهاد الحراري.

المصدر: Bodin, T., et al., 2016. "Intervention to reduce heat stress and improve efficiency among sugarcane workers in El Salvador: Phase 1", in *Occup Environ Med*, Vol. 73, No. 6, pp.409-16

ينبغي توفير أوعية الشرب المناسبة

قد يلوث العمال الآخرون، وبسهولة، مياه الشرب، لاسيما إذا ما كانوا مصابين بمرض، وتعرضوا للمواد الخطرة في مكان العمل؛ ولهذا السبب، لا ينبغي للعمال أن يشاركوا في أوعية الشرب.

◀ ينبغي أن يتوفر لكل عامل أوعيته الفردية المخصصة للشرب، كالأكواب، والقوارير، كما ينبغي أن يكون استخدامها شخصياً. لا ينبغي للعمال أن يشاركوا في أوعية الشرب.

درجة حرارتها هي نفس درجة حرارة الغرف، فإن المياه الباردة مستساغة بمقدار أكبر من المياه الدافئة، مما يشجع العمال على شربها.

تذكير: الماء مقابل المشروبات الأخرى

ينبغي دوماً توفير المياه الصالحة للشرب لاستخدامها من قِبَل العمال للحفاظ على الإماهة. من الممكن في بعض الحالات توفير مشروبات أخرى عند الضرورة استناداً إلى ظروف مكان العمل؛ على سبيل المثال:

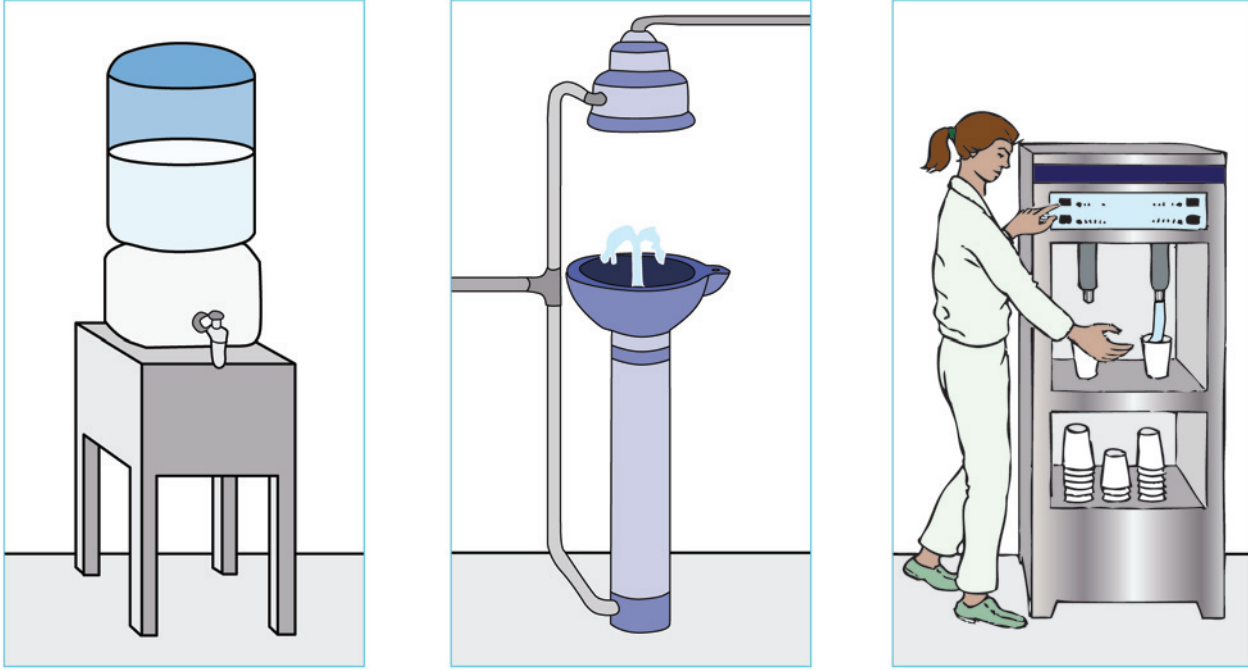
- ◀ المشروبات المُنكَّهَة المُخَفَّفَة
- ◀ المشروبات قليلة الملح
- ◀ المشروبات الدافئة لتعويض السوائل (الإمهاء) في البيئات الباردة
- ◀ لا ينبغي الترويج للمشروبات التالية وتوفيرها:
- ◀ المشروبات الغنية بالسكر، كالصودا
- ◀ المشروبات الغنية بالكافيين، كمشروبات الطاقة
- ◀ المشروبات الكحولية

ينبغي أن تكون مياه الشرب متاحة دوماً

ينبغي أن يكون الوصول إلى مياه الشرب سهلاً وملائماً لكافة العمال في مكان العمل.

◀ ينبغي دوماً أن تؤخذ بعين الاعتبار احتياجات العاملين المُعَوَّقين. ينبغي تصميم مواقع الشرب في مكان العمل بطريقة تجعل الوصول إليها سهلاً لكل شخص. لا ينبغي أن تكون مواقع مياه الشرب مرتفعة كثيراً، كما لا ينبغي وجود عوائق غير ضرورية تجعل الوصول إليها صعباً.

◀ في القطاعات؛ كالبناء، أو الزراعة، أو الغابات، أو حيث يتطلب العمل تنقل العمال وتغيير مواقع عملهم مرات عديدة، فإنه ينبغي أن تكون مياه الشرب متاحة إما في كل موقع للعمل أو ضمن مسافة معقولة منه - يعني ذلك، أنه ينبغي أن يكون موقعها ضمن مسافة معقولة بالنسبة لكافة العمال. إن الحل السهل هو وحدات توزيع المياه الثقيلة المغلقة والمُجهَّزة بصنوبر. ثمة خيار آخر، ألا وهو تزويد العمال بحقائب الظهر التي تحتوي على مياه الشرب مع وسائل الشرب الشخصية (أنظر الصندوق النصي الوارد أدناه).



الشكل 1.1.1. طرق ملائمة لتوفير مياه الشرب في مكان العمل. ILO/WHO HealthWISE Action Manual, 2014.

ينبغي أن يكون توفير مياه الشرب مناسباً لظروف العمل

تختلف أماكن العمل بشكل كبير استناداً إلى القطاع ومهمة العمل. إن الطريقة الفضلى لفهم أنسب الطرائق لتوفير مياه الشرب هي إجراء تقييم الخطر في مكان العمل. تتضمن العناصر التي يتعين أخذها بعين الاعتبار:

- ◀ درجة الحرارة والرطوبة في مكان العمل (الجدول 4.1.1).
- ◀ نوع نشاط العمل (خفيف أو معتدل أو شديد (ثقيل)).
- ◀ موقع مهام العمل والقرب من أماكن الشرب.
- ◀ الاحتياجات الفردية للعمال (أي، هل تأقلم العمال مع بيئة العمل).
- ◀ إمكانية تلوث المياه. على سبيل المثال؛ يمكن لمبيدات الآفات والمُخَصِّبات (الأسُيْدَة) أن تلوث المياه في الأراضي الزراعية، وينبغي أن يكون هناك اهتمام خاص لضمان أن المياه صالحة للشرب للعمال في تلك المواقع.

◀ إذا ما تعذر توفير الأوعية فردية الاستخدام، فإنه ينبغي أن تكون المياه الصالحة للشرب متاحة على مقربة من مكان الشرب بغية تنظيف أوعية الشرب بفترات منتظمة.

◀ قد تكون البلدان مُلَوَّثَتين وتشكلان خطراً على الصحة؛ وبناء على ذلك، لا ينبغي استخدامهما كطريقة لشرب المياه (أي، جعل راحتي اليدين مقعرتان وجعل المياه تنساب فيهما ومن ثم شربها).

الجدول 4.1.1. اعتبارات لتوفير مياه الشرب استناداً إلى ظروف العمل الحارة والباردة.

في ظروف العمل الحارة (على سبيل المثال؛ خارج المباني في المناخ المداري، أو في المناجم/ المسابك):

- ◀ إجعل المياه قليلة الملح أو خَفَّفِ المشروبات المُنكَّهَة وبعيـث أن تكون متاحة بسهولة حسب الضرورة
- ◀ شَجِّع العمال على الشرب على الأقل كل ساعة
- ◀ تأكد أن مصدر الشرب قريب، أو اتخذ الترتيبات لإحضار المشروبات إلى العمال
- ◀ خُذْ بعين الاعتبار أن تكون المشروبات بدرجة حرارة مقدارها 15-20م، لأنها أفضل من المشروبات المُثلَّجة
- ◀ خُذْ بعين الاعتبار أنه قد يكون من الصعب جداً الشرب من النوافير والحصول على مقادير كافية من المياه منها
- ◀ لا توفِّر ولا تشجع على شرب المشروبات الكحولية أو الغازية أو الغنية بالكافيين، أو المشروبات التي محتواها من الملح أو السكر مرتفع. تَدَكَّرْ أن تناول المشروبات الكحولية يثبط المُحاكَمَة والتَّناسُق، ويسبب تَجْفَاف الجسم ويجعله أكثر عرضة للإجهاد الحراري.
- ◀ قد يَلزَم ليتر واحد أو أكثر لكل ساعة لكل عامل في حالة العمل البدني في الظروف الحارة
- ◀ وَفِّر مناطق مُظَلَّلَة لراحة للعمال ليحصلوا على الراحة أثناء الفواصل الزمنية أثناء العمل ولشرب المياه

في ظروف العمل الباردة (على سبيل المثال؛ العمل خارج المباني في فصل الشتاء، أو أعمال التخزين في درجات حرارة منخفضة):

- ◀ وَفِّر غرفاً مُدْفَأَة حيثما يمكن للعمال أن يشربوا المياه أو السوائل الأخرى للحفاظ على الإماءَة
- ◀ إجعل المياه وتخفيف المشروبات المُنكَّهَة متاحة بسهولة حسب الضرورة
- ◀ وَفِّر مشروبات دافئة لتعويض السوائل (الإمهاء)
- ◀ خُذْ بعين الاعتبار أنه قد يكون من الصعب جداً الشرب في النوافير والحصول على مقادير كافية من المياه منها
- ◀ لا توفِّر ولا تشجع على شرب المشروبات الكحولية أو الغازية أو الغنية بالكافيين، أو المشروبات التي محتواها من الملح أو السكر مرتفع. تَدَكَّرْ أن تناول المشروبات الكحولية يثبط المُحاكَمَة والتَّناسُق ويسبب تَجْفَاف الجسم ويجعله أكثر عرضة لتَجْفَاف البرد

تذكير

من الممكن لتوفير مياه الشرب أن يستند إلى قطاع العمل أو أنشطة العمل. عُدْ إلى صكوك منظمة العمل الدولية وتوصياتها بشأن المياه الواردة في «مدخل» هذا الكتاب.

تذكير: المياه في غرف الإنقاذ المستقلة

قد يكون التعدين (التنقيب) تحت سطح الأرض خطراً على وجه الخصوص، لاسيما عندما يتعلق الأمر بحالات الطوارئ، كالفيضانات والحرائق والانفجارات وانهيار المنجم وانطلاق غاز أو غبار سام. في بعض حالات الطوارئ عندما لا يكون لدى العمال الوقت الكافي للوصول إلى مخرج المنجم، فإن غرف الإنقاذ المستقلة قد توفر حماية مؤقتة. لقد أشارت توصية السلامة والصحة في المناجم، 1995 (رقم 183) إلى أنه ينبغي أن تُزوَّد غرف السلامة بالمياه الصالحة للشرب والطعام ومعدات التنفس والاتصالات الهاتفية.

المصدر: ILO (1994). Safety and health in mines. Record of Proceedings, Provisional record 26. International Labour Conference (81st: 1994 Geneva)



الدليل 2.1. المياه الآمنة من أجل القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل

غسل الشرج)، حيثما لا يُستخدم ورق المرحاض؛ سيكون ذلك من وظيفة السياق الثقافي للعمال الذي يجب أن يؤخذ بعين الاعتبار أثناء تحديد مقدار المياه اللازمة للمرافق الصحية.

بالإضافة إلى المياه الآمنة لاحتياجات الإماهة، فإنه ثمة احتياجات أخرى في مكان العمل حيث الحصول على المياه الآمنة أمر مهم من أجل صحة العمال ورفاههم وإنتاجيتهم. إن الحصول على مياه الشرب لكافة العمال ضروري لإدارة:

تقديرات الاحتياجات من المياه للمرافق الصحية:

- ◀ مراحيض الرخص: 10-20 ليترًا لكل شخص لكل يوم
- ◀ مراحيض الرخص المتدفق: 1.5-3 لترات لكل شخص لكل يوم
- ◀ غسل الشرج: ليتر واحد - ليتران لكل شخص لكل يوم

المصدر: UNICEF (2013). WASH in Schools Guidelines for Lebanon

غسل اليدين والاستحمام

إن غسل اليدين بالماء والصابون في الأوقات بالغة الأهمية ضروري للحفاظ على القواعد الصحية الشخصية الجيدة؛ وينطبق الأمر نفسه على الاغتسال (الاستحمام بالذّوش والاعتسال) عند الضرورة، لاسيما بعد تناول المواد الخطرة أو التعرض لها (كالجراثيم من ملامسة الحيوانات أو ذبحها، أو رش المبيدات) أو مقادير كبيرة من الغبار (بما في ذلك غبار الفحم أو الصخور). ينبغي أن تكون مياه غسل اليدين والاستحمام صالحة للشرب، بحيث أن لا تشكل خطراً صحياً على العمال.

أخطار المياه الملوّثة أثناء الاستحمام

النَّيجَلِيَّة الدَّجَاجِيَّة *Naegleria fowleri* (تعرف أيضاً بالأميية الأكلة للدماغ) هي أميية مجهرية سببت الوفاة المرتبطة باستخدام إمدادات المياه المنزلية. أثناء الاستحمام بالذّوش أو الاغتسال بمياه مَلوَّثة بالأميية يمكن أن تدخل الأميية من خلال الأنف وتنتقل إلى الدماغ حيث تسبب التَّهاب السَّحايا والدَّماغ الأَميبي الأوَّلِي الذي عادة ما يكون مميتاً.

المصدر: CDC (2015). Facts About Naegleria fowleri and Primary Amebic Meningoencephalitis

1. القواعد الصحية الشخصية (من أجل الغسل والاستحمام)

2. القواعد الصحية في مكان العمل (التنظيف وغسل الملابس)

3. القواعد الصحية للغذاء (إعداد الطعام/ الطهي)

1. المياه من أجل القواعد الصحية الشخصية

إن الحصول على المياه الآمنة ضروري للحفاظ على القواعد الصحية الشخصية من خلال الاستخدام الملائم للمرافق الصحية ومرافق الاغتسال. إن عدم اتباع القواعد الصحية في مكان العمل قد يكون مرتبطاً بنقص الكمية الكافية من إمدادات مياه الشرب. لهذا السبب، يجب أن تتعامل أماكن العمل مع الحصول على مياه آمنة ليس كمسألة احتياجات الإماهة فحسب، لكن أيضاً كمسألة تتعلق بالقواعد الصحية الشخصية.

المرافق الصحية

لنوع المرافق الصحية المتوفرة، بما في ذلك سواء أكانت بشبكة أنابيب (مراحيض الرخص) أو أنظمة بدون شبكة أنابيب (المراحيض أو مراحيض التسميد) أثر كبير على متطلبات المياه. غالباً ما تتطلب مراحيض الرخص كميات كبيرة من المياه، في حين أن مراحيض الرخص المتدفق أو المراحيض قد تتطلب مياهاً بمقدار أقل كثيراً، ولا تتطلب مياهاً على الإطلاق للمراحيض الجافة. مهما تكن الحالة؛ فإن أصحاب العمل مسؤولون عن ضمان توفر الوسائل اللازمة للحفاظ على الأنظمة الصحية المعمول بها. إن هذا مهم لاسيما للقطاع الزراعي، حيث يمكن لنقص المرافق الصحية وعدم صيانتها أن يعرض للخطر صحة العاملين الزراعيين ومحاصيلهم.

قد يكون ثمة حاجة أيضاً إلى كميات إضافية من المياه للظافة الشخصية باستخدام المياه أو بخاخ يديه (bidet) يُمسك باليد (أي،

إدارة القواعد الصحية للحَيْض

ينبغي أيضاً لتوفير المياه الصالحة للشرب في مكان العمل لاستخدامها في الاغتسال أن يأخذ بعين الاعتبار احتياجات إدارة القواعد الصحية للحَيْض (وحدة القواعد الصحية، الدليل 5.1). قد تكون للفتيات والنساء الحائضات احتياجات خاصة للحصول على المياه الآمنة.

- ينبغي ضمان الحصول على المياه الآمنة في حجرة المراحيض لغسل اليدين، بالإضافة إلى غسل ما اتسخ بسبب الحَيْض، مع مراعاة حماية الخصوصية.
- ينبغي ضمان الحصول على المياه الآمنة في مرافق الاغتسال الخاصة أو أماكن الاستحمام بالأدواش، عند الضرورة، للحفاظ على القواعد الصحية الشخصية.

2. المياه من أجل القواعد الصحية في مكان العمل

يعتبر الحصول على المياه في مكان العمل ضرورياً أيضاً بغية إدارة النظافة من خلال التنظيف وغسل الملابس الاعتياديين والمتخصصين. يعزز الحفاظ على الظروف الصحية في مكان العمل صحة العامل ورفاهه ومعنوياته. من الممكن أن يتضمن ذلك:

- ◀ التنظيف المعياري لسطوح مكان العمل (بما في ذلك، الأرضيات والنوافذ والأسقف والمرافق الصحية ومرافق الاغتسال).
- ◀ تطهير السطوح عند الضرورة (في مواقع التعرضات للمواد الخطرة، كالمسائل البيولوجية (الحيوية) أو النفايات الطبية).
- ◀ غسل المواد القماشية المستخدمة في مكان العمل، كالمناشف أو أغطية الأسرة.
- ◀ تنظيف أو غسل الملابس المستخدمة في مكان العمل أو معدات الوقاية الشخصية.

يعتمد مقدار المياه اللازمة للتنظيف وغسل الملابس على قطاع العمل ومهام العمل. عُد إلى صكوك منظمة العمل الدولية بشأن التوصيات المتعلقة بالتنظيف في مكان العمل استناداً إلى قطاع العمل في «مدخل» هذا الكتاب.

3. المياه من أجل القواعد الصحية للغذاء

تعتبر المياه وسيلة أساسية لتنظيف المواد الغذائية وإعدادها وطهيها. إن المياه المستخدمة لهذه الاحتياجات ستلامس المواد الغذائية التي ستبتلع، مما يعني أنه يجب أن تكون مأمونة خالية من الملوّثات، وأن لا تشكل خطراً على صحة العمال. لهذا السبب، ينبغي أن يحصل كافة العمال على المياه الصالحة للشرب من أجل الاحتياجات المتعلقة بالمواد الغذائية والطهي، بما في ذلك المياه المستخدمة في:

- ◀ غسل المواد الغذائية؛ و
- ◀ إعداد الطعام وطهيها؛ و
- ◀ تنظيف الأواني ومواد الطهي.

من الصعب تحديد مقدار المياه التي يحتاج إليها العمال للطهي، لأن ذلك يعتمد على النظام الغذائي، ودور المياه في إعداد الطعام، واحتياجات العامل إلى الطهي في مكان العمل استناداً إلى خصائص قطاع العمل. في أماكن العمل المعزولة، وحيثما يحصل العمال على أماكن للإقامة؛ كالإنشاءات الثابتة في عرض البحر، أو في الصناعات البحرية، فإنه من الضروري توفر المياه الصالحة للشرب بكميات كافية.

تقديرات المياه من أجل احتياجات الطهي

في حين أن كمية المياه اللازمة للطهي تعتمد على الطعام المستهلك، فإن لدى معظم الثقافات مواد غذائية أساسية، وهي غالباً الخضراوات أو الحبوب الغنية بالكربوهيدرات (السُّكَّرِيَّات). ينبغي للمتطلبات الدنيا لإمدادات المياه أن تأخذ بعين الاعتبار كمية المياه اللازمة لإعداد كمية كافية من الطعام المحتوي على المواد الغذائية الأساسية لتحقيق الفائدة التغذوية. لقد قدرت منظمة الصحة العالمية (WHO) أن 3-6 لترات من المياه لكل يوم لكل شخص ضرورية لتلبية احتياجات الطهي الأساسية.

المصدر: WHO (2013). How much water is needed in emergencies. WHO: Geneva, 2013

الدليل 3.1. تصريف المياه، ومكافحة نواقل الأمراض، والأخطار المرتبطة بالمياه

لهذا السبب، ينبغي إجراء تقييم الخطر لمكان العمل لإدراك إمكانية ارتفاع المياه السطحية. تتضمن الإجراءات التي يمكن اتخاذها:

- ◀ وضع خطة ملائمة بشأن تصريف المياه؛ و
- ◀ تخطيط الموقع وتصميمه للتعامل مع مياه الأمطار؛ و
- ◀ التخلص من المياه العادمة باستخدام وحدات صغيرة لتصريف المياه في الموقع، بما في ذلك المسيل من الأراضي الزراعية المرؤوية.

إن الهدف من تصريف المياه الملائم في مكان العمل هو العمال كي يعملوا، وفي بعض الحالات، كي يحيا ويذهبوا في بيئة التي تم فيها تقليل إلى أدنى حد ممكن الأخطار الصحية الناجمة عن المياه الراكدة، بما في ذلك مياه الأمطار ومياه الفيضانات والمياه العادمة المنزلية والمياه العادمة من المرافق الطبية.

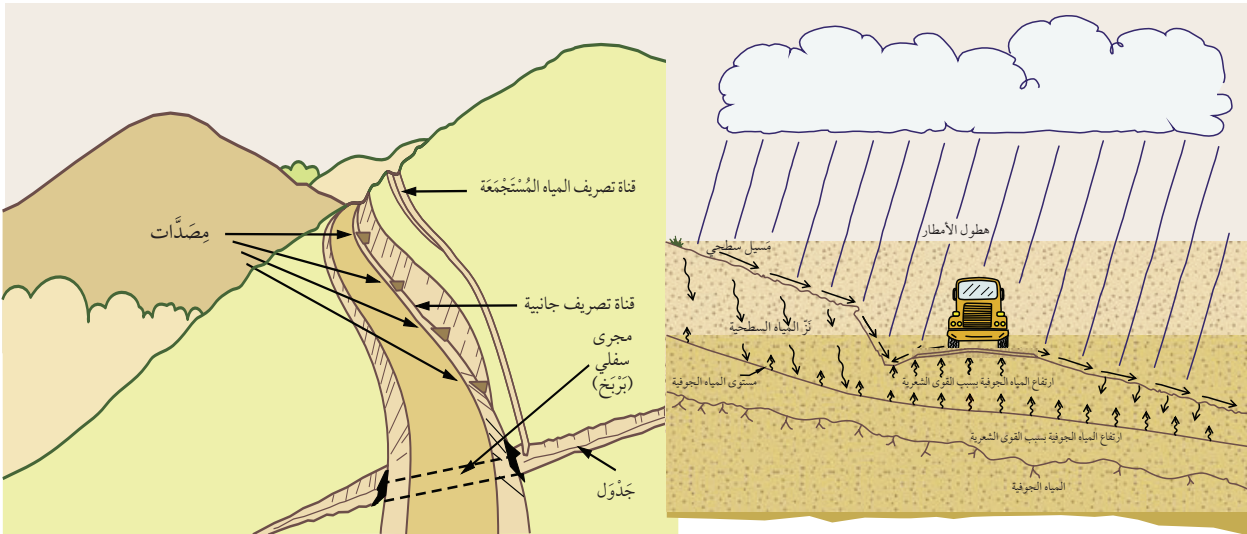
ينبغي التعامل مع المياه في مكان العمل كمسألة بيئية ذات ارتباط مباشر بالسلامة والصحة المهنتين. يمكن لبعض ظروف مكان العمل أن تشكل خطراً على صحة العمال، وهذا الخطر مرتبط بالمياه؛ وإن استراتيجيات إدارة الخطر المناسبة وتدابير التحكم ضرورية.

1. تصريف المياه

قد تأتي المياه السطحية الموجودة حول مكان العمل أو أماكن إقامة العمال من المياه العادمة في مكان العمل (بما في ذلك التدفقات الخطرة، كالناجمة عن المرافق الطبية)، أو التسرب من المراحيض، أو مياه الأمطار، أو ارتفاع مياه الفيضانات. ثمة أخطار صحية عديدة مرتبطة بارتفاع المياه السطحية، وهي تتضمن:

- ◀ تلوث إمدادات المياه، وبيئتي العمل والمعيشة؛ و
- ◀ الأضرار في المرافق الصحية وبنى مكان العمل؛ و
- ◀ تكاثر نواقل الأمراض؛ و
- ◀ الغرق.

الشكل 1.3.1. تقنيات تصريف المياه.



المصدر: Local investments for climate change adaptation: Green jobs through green works, 2011

3. الأخطار المرتبطة بالمياه

تتطلب بعض قطاعات العمل أو مهام العمل أن يعمل العامل في مصادر المياه أو حولها. تتضمن الأمثلة ما يلي:

- ◀ صيد الأسماك على الشاطئ وفي عرض البحر
- ◀ تربية الحيوانات المائية
- ◀ العمل الزراعي في المحاصيل المعتومة على المياه، كحقول الرز
- ◀ تشييد الإنشاءات الثابتة في عرض البحر في الصناعات البترولية
- ◀ التعدين (التنقيب) في المناطق الممتلئة بالمياه

يشكل العمل في المياه أو حولها أخطاراً فريدة بما يتعلق بالسلامة والصحة المهنتيين التي يجب تقييمها والتخفيف من شدتها بغية حماية صحة العمال وسلامتهم. من الأمثلة على ذلك: التعرض للأمراض المنقولة بالناقل، أو الغرق، أو الصعق الكهربائي.

الأمراض المنقولة بالمياه

إن تصريف المياه ليس دوماً خياراً للحد من الأخطار عندما يتعلق الأمر بحماية العمال من الأمراض المنقولة بالمياه. مثلاً، يجب على بعض العاملين الزراعيين أن يمضوا فترات طويلة من الزمن في وضعية الوقوف في حقول الرز المعتومة على المياه. في هذه الحالة، إن تصريف مياه الحقل الزراعي ليس حلاً قابلاً للتطبيق؛ وللحماية من خطر داء البلهارسيا (الصندوق النصي الوارد أدناه)، فإنه يجب على العمال اتخاذ الاحتياطات الوقائية المناسبة، كاستخدام الأحذية المطاطية طويلة الساق. لهذا السبب، عندما يتعلق الأمر بالعمل في المياه وحولها، فإنه ينبغي إجراء تقييم كامل للخطر في مكان العمل من أجل إدراك أفضل بشأن أي تدابير للتحكم ضمن المخطط التسلسل الهرمي لإجراءات التحكم ينبغي اتخاذها.

الأمراض المنقولة بناقل الأمراض المرتبطة بالمياه (على سبيل المثال لا الحصر):

- ◀ التهاب الدماغ الياباني
- ◀ فيروس غرب النيل
- ◀ الملاريا (البرداء)
- ◀ الحمى الصفراء
- ◀ حمى الدنك
- ◀ داء كلابية الذئب (العمى النهري) Onchocerciasis

المصدر: CDC (2016). WASH-related diseases

2. تصريف المياه من أجل مكافحة نواقل الأمراض

لتصريف المياه أهمية خاصة من أجل مكافحة نواقل الأمراض في مكان العمل أو أماكن الإقامة في مكان العمل.

تعتبر الأمراض المنقولة بناقل الأمراض سبباً رئيسياً للمرض والوفاة، لاسيما في المواقع التي يحدث فيها ارتفاع للمياه، والتي توجد فيها مياه راكدة، والتي تعاني من نقص في تصريف المياه. إن البعوض هو المسؤول عن انتقال الملاريا (البرداء) التي هي أحد الأسباب الرئيسية للإصابة بالأمراض وللوفيات. ينقل البعوض أيضاً أمراضاً أخرى، كالحمى الصفراء وحمى الدنك.

يمثل تصريف المياه في مكان العمل لأغراض مكافحة نواقل الأمراض التدخل الأكثر فعالية بحسب المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم؛ أي القضاء التام على هذا النوع من المخاطر.

تذكير: مكافحة نواقل الأمراض باعتبارها قضية شاملة بما يتعلق بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية

عندما يتعلق الأمر بالحفاظ على مكان العمل في مأمن من الأمراض المنقولة بناقل الأمراض، فإن نقاط العمل تتجاوز كثيراً تصريف المياه. إن مكافحة نواقل الأمراض هي مبادرة شاملة في مكان العمل تشمل على الإدارة المناسبة للمياه والإصحاح والقواعد الصحية، بما في ذلك:

- ◀ إدارة المُفرغات
- ◀ إدارة الفضلات الصلبة
- ◀ استخدام وسائل التحكم بالمواد الكيميائية
- ◀ اختيار الموقع لأماكن العمل وتوفير الملاجئ حسب الحاجة
- ◀ الحماية الفعالة لأماكن تخزين المواد الغذائية



الصعق الكهربائي

لقد أصبحت حوادث الصدمة الكهربائية أكثر انتشاراً لأن أماكن العمل أصبحت أكثر اعتماداً على الكهرباء والآلات لأداء مهام العمل. يمكن للمياه أن تكون ناقلاً شديداً للكهرباء، مما يزيد من فرص الصعق الكهربائي. أثناء العمل مع الكهرباء أو آلات تعمل بطاقة الكهرباء:

- ◀ ابتعد عن مصادر المياه أو السطوح أو المناطق الرطبة.
- ◀ تعامل مع كافة التجهيزات الكهربائية في مناطق جافة فقط.
- ◀ تأكد أن كافة مصادر الطاقة والمفاتيح الكهربائية هي بوضعية الإيقاف عن العمل أثناء تنظيف المعدات الكهربائية أو غسلها.
- ◀ استخدم علامات التحذير بجانب مصادر المياه أو المناطق الرطبة.

مصدر رئيسي: داء البلهارسيات (Schistosomiasis)



داء البلهارسيات مرض طفيلي هام في الأقاليم المدارية وشبه المدارية، وينتقل عندما يرقط قواقع المياه الملوثة تدخل من خلال الجلد. وينتشر هذا المرض في المقام الأول عن طريق التماس مع المياه. يسهم توفر مياه الشرب الآمنة في الوقاية من المرض عبر التقليل من الحاجة إلى التماس مع مصادر المياه الملوثة؛ مثلاً، أثناء جمع المياه أو أثناء استخدام المياه للاستحمام أو غسل الملابس. إن العاملين الزراعيين الذين يقفون لفترات طويلة في أماكن تنتشر فيها القواقع المائية، كحقول الرز، مُعرضون بشكل خاص لخطر الإصابة بهذا المرض. لمزيد من المعلومات، انظر WHO's Fact Sheet on Schistosomiasis

الغرق

رغم أن الغرق غالباً ما لا يؤخذ بعين الاعتبار، فإن خطر الغرق هو مصدر قلق كبير للعمال الذين يعملون فوق مصادر المياه وعلى مسيرها.

- ◀ في البناء، قد يعمل العمال فوق سطح المياه؛ وثمة احتمال بأن يسقط العمال فيها، مما يتطلب استخدام معدات وخدمات الإنقاذ في المياه.
- ◀ في المناجم أو قطاع أعمال المياه، قد يسقط العمال بمنطقة قد تمتلئ فجأة بالمياه أو مياه المجاري أو سوائل أخرى. في المناطق التي يمكن أن يغتسل فيها العمال بعيداً، أو حيث يمكن أن يغرق العمال، فإنه ينبغي تحديد نقاط المخاطر بالإضافة إلى احتياطات الإنقاذ في المناطق.
- ◀ في قطاعات العمل حيث يوجد خطر الغرق، فإنه ينبغي استخدام علامات التحذير، وبنبغي توفير معدات السلامة كسترات النجاة.

دليل العمل للحكومات: المياه



- صَعَّ أهدافاً للإشارة إلى المَعَالِمِ المرتكزة على الصحة التي ستوجه وتَتَّبَعُ التقدم نحو هدف جودة المياه المُحدَّد مسبقاً. تمثل الأهداف المرتكزة على الصحة جزءاً لا يتجزأ من تطوير سياسة المياه والإصحاح والقواعد الصحية. ثمة أربعة أنواع من الأهداف المرتكزة على الصحة يتعين أخذها بعين الاعتبار، وهي:
 - أهداف النتائج المتعلقة بالصحة (تقليل قابل للقياس في المستوى الشامل للمرض المرتبط بجودة المياه المُحَسَّنة)
 - أهداف جودة المياه (الوفاء بقيمة دليلة أو تركيز لملوث محدد؛ مثلاً، الرصاص)
 - أهداف الأداء (مدى نجاح التدخل، مُعَبَّرٌ عنه بتخفيض المُلوِّث موضع الاهتمام أو الفعالية في الوقاية من التلوث)
 - أهداف التكنولوجيا المُحدَّدة (مثلاً؛ التدخلات في المجتمع والأسر لاستخدام تقنيات خاصة بالمياه)
- خَصَّصَ التمويل لإتاحة تعزيز الحصول على المياه الآمنة في مكان العمل.

إن أصحاب المصلحة الرئيسيين في حملة الحصول على المياه الآمنة هم الحكومات. عبر نمو وتعزيز وإذكاء الوعي للسياسات من أجل الحصول على المياه الآمنة في مكان العمل، فإنه باستطاعة الحكومات تقليل عبء المرض المرتبط بمياه الشرب المُلوِّثة، وتعزيز صحة مواطنيها ورفاههم وإنتاجيتهم ومجتمعاتها أيضاً. يوفر هذا الدليل نقاط تَحَقُّق بشأن كيف تستطيع الحكومات تفعيل الحصول على المياه الآمنة في مكان العمل في إطار السلامة والصحة المهنيين القائم، وكيف تستطيع تطوير مبادراتها الجيدة حسب الحاجة.

نقطة التَحَقُّق ح. 1.1. أدمج الاعتبارات المتعلقة بالحصول على المياه الآمنة في مكان العمل في سياسات ونُظُم وبرامج السلامة والصحة المهنيين



لماذا؟

إن الحصول على المياه الآمنة أساسي كي يتمتع العاملون والمجتمعات بالصحة، وبالمقابل أساسي للاقتصادات الإنتاجية. تقع على عاتق الحكومة مسؤولية وضع السياسات المتعلقة بالمياه السليمة في مكان العمل، بالإضافة إلى دمجها في النُظُم والبرامج الوطنية المتعلقة بالسلامة والصحة المهنيين بغية تعزيز ثقافة الوقاية للسلامة والصحة والحد من الأخطار المتعلقة بالمياه في العمل.

كيف؟

- عزز تطوير ثقافة الوقاية للسلامة والصحة مع السياسات والبرامج والأنظمة والحملات الخاصة بالمياه. يمكن أن يتضمن ذلك مبادرات بشأن:
 - احتياجات الإِمامة للعامل وإجراءاتها للوقاية من الإجهاد الحراري، لاسيما حيثما تكون طبيعة العمل بدنية بمقدار كبير ويؤدَّى العمل في ظروف دافئة/ حارة.
 - الحد من التلوث الكيميائي للمياه، من خلال إذكاء الوعي بشأن دَلَى التدفقات السائلة.
 - تصريف مياه مكان العمل، ومكافحة نواقل الأمراض.
 - أخطار السلامة والصحة المهنيين المرتبطة بالمياه في مكان العمل.

مرجع رئيسي: حملة للوقاية من المرض المرتبط بالحرارة



في عام 2014 لوحده عان 2,630 عاملاً من المرض المرتبط بالحرارة وتوفي 18 عاملاً بسبب صَرَبَةِ الحرارة أثناء العمل في الولايات المتحدة. عبر الإدراك بأن المرض المرتبط بالحرارة قابل للوقاية، ومرتبطة بالحصول على المياه الآمنة للحفاظ على الإِمامة، فقد صممت إدارة السلامة والصحة المهنيين (OSHA) في الولايات المتحدة حملة لإبلاغ أصحاب العمل لحماية صحة العمال. إن المياه. الراحة. الظل. الحملة توفر مراجع تثقيفية ومواد تدريبية، وأدوات للعمال وأصحاب العمل بشأن كيفية الحد من الأمراض المرتبطة بالحرارة، مع إجراءات عمل محددة بشأن توفير المياه الآمنة في مكان العمل.



المياه، وينبغي أن تكون تكميلية لوظيفة ضبط الجودة لووكالة إمدادات مياه الشرب.

نقطة التَّحَقُّق ح. 1. 2. ضَع القوانين بغية توفير المياه الآمنة في العمل، ومَكِّن هذه القوانين



كيف؟

- قُمْ بإجراء مشاورات مع الوكالات الإقليمية والمحلية لإمدادات المياه ومشغلي إمدادات المياه لضمان توفير المياه الصالحة للشرب إلى أماكن العمل.
- إذا ما تعذر إيصال المياه الجارية الصالحة للشرب إلى أماكن العمل، إلجأ إلى مُزوِّدين خاصين لتوفير مياه الشرب.
- اِضْمِنْ الموارد الكافية من أجل حسن أداء خدمات إمدادات المياه ومشغلي إمدادات المياه بغية التقليل إلى أدنى حد ممكن من أخطار التلوث.
- عَيِّنْ وكالة لتكون مسؤولة عن مراقبة خدمات إمدادات مياه الشرب ومُشغليها.
- تقع مسؤولية المراقبة في بلدان كثيرة على عاتق وزارة الصحة، أو الصحة العامة، أو مكاتبها أو أقسامها الإقليمية؛ وقد تقع أيضاً على عاتق وكالة حماية البيئة، أو أقسام الصحة البيئية للحكومات المحلية.
- اِضْمِنْ آليات المراقبة الفعالة لضمان إتِّساق إمدادات مياه الشرب إلى أماكن العمل.
- وَفِّرِ المساعدة إلى سلطات المياه المحلية والمُزوِّدين والمُشغَّلين ووكالة المراقبة، لوضع خطة سلامة المياه (الصندوق النصبي الوارد أدناه).
- ضَعِ الخطة التي سَتُفَعَّلُ في حالات الطوارئ؛ ينبغي أن تُحَدِّدَ بوضوح المسؤوليات من أجل تنسيق التدابير التي يتعين اتخاذها، وخطة الاتصال لتنبيه مُستخدمي إمدادات مياه الشرب وإبلاغهم، وخططاً لتوفير إمدادات مياه الشرب أثناء الطوارئ وتوزيع تلك الإمدادات.

لماذا؟

إن الوسيلة الفضلى للوقاية والتي تحقق على أفضل نحو علاقة التكلفة - الفعالية للضمان المستمر للإمداد بمياه الشرب المقبولة في مكان العمل هي تطبيق إدارة الخطر المدعومة بالقوانين الملائمة. إن الحكومات مسؤولة عن وضع معايير لمياه الشرب، بالإضافة إلى قوانين محددة للحصول على المياه الآمنة في مكان العمل.

كيف؟

- ينبغي أن تضع السلطة المختصة الأحكام القانونية بشأن الاحتياجات المتعلقة بالمياه في مكان العمل، وأن تُحدِّثَ دورياً تلك الأحكام. ينبغي أن يتضمن ذلك قوانين بشأن:
 - المصادر المُعتمَدة لمياه الشرب في مكان العمل، بالإضافة إلى الجوانب المتعلقة بالمسافة للوصول إلى المياه.
 - عدد مرافق مياه الشرب ونوعها في مكان العمل، بالإضافة إلى إمكانية وصول الأشخاص المُعَوَّقين إليها.
 - توفير أوعية الشرب.
 - توفير المياه لأغراض القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل.
 - طرائق لإدارة الأخطار المرتبطة بالمياه، كتصريف المياه ومكافحة نواقل الأمراض.

نقطة التَّحَقُّق ح. 1. 3. اِعْتَمِدْ وكالات إمدادات المياه وراقبها، ونفِّذ آليات المراقبة المناسبة



لماذا؟

يمارس عدد من أصحاب المصلحة دوراً هاماً في توفير مياه الشرب الآمنة، بما في ذلك سلطات الصحة العامة، والسلطات المحلية، ووكالات إمدادات المياه، ومشغلو إمدادات المياه. علاوة على ذلك، إن مراقبة وكالات إمدادات المياه أساسي لضمان التوفير المُستدام لمياه الشرب الآمنة. تعزز المراقبة تحسين الجودة والكمية والحصول، والقدرة على تحمل التكاليف، واستمرارية إمدادات



نقطة التَّحَقُّق ح. 4.1. فَتَشُّ على ما يتعلق بتوفير المياه في العمل



لماذا؟

إن تفتيش العمل هو التقييم المستمر واليقظ، والنظرة العامة للسلامة وقبول أحكام مكان العمل، لاسيما بما يتعلق بالسلامة والصحة المهنية. من الضروري أن يتسع نطاق تلك المسؤوليات إلى رصد الاهتمامات المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، كإمدادات مياه الشرب؛ ويمكن لهذه الإجراءات أن تعمل بغية التعزيز الفعال وحماية سلامة ورفاه العمال وأسراهم.

كيف؟

□ وفّر التدريب بشأن الحصول على المياه الآمنة في مكان العمل، وبشأن احتياجات العمال من مياه الشرب، بالإضافة إلى المياه لإدارة القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل. إضْمَنْ أن الخصوصيات تمت مراعاتها بحسب القطاع من خلال الرجوع إلى الجدول المقابل بشأن صكوك منظمة العمل الدولية في «مدخل» هذا الكتاب. يتضمن الإرشاد العملي لمواضيع التدريب:

- تعريف مصادر المياه المُحَسَّنة واللوائح المتعلقة بتزويد أماكن العمل بمياه الشرب.
- احتياجات مياه الشرب والإمّهة في مكان العمل، لاسيما بحسب القطاع؛ على سبيل المثال:
 - توفير مياه الشرب فوق سطح المناجم وتحت
 - المسافة إلى مصدر المياه، لاسيما بما يتعلق بالعمل في الزراعة والغابات وما شابه من الأعمال التي تتطلب تنقل العمال
- الاعتبارات المتعلقة بإمكانية الوصول إلى مياه الشرب، لاسيما من قِبَل العاملين المُعَوَّقين.
- تصريف المياه، ومكافحة نواقل الأمراض والأخطار على السلامة والصحة المهنية المرتبطة بالمياه.

□ عَزِّزْ سياسات الوقاية من الأخطار المرتبطة بالمياه من تفتيش العمل.

□ قُمْ بِإِنْفَازِ قَوَانِينِ تَوْفِيرِ المِيَاهِ فِي العَمَلِ بِاسْتِخْدَامِ العَقُوبَاتِ حَسَبِ الحَاجَةِ لَتَعزِيزِ حَمَايَةِ العَمَالِ.

مرجع رئيسي: خطط سلامة المياه



تعتبر خطط سلامة المياه أداة فعالة لمُورِدِ مياه الشرب بغية إدارة الإمدادات بأمان. إنها تساعد أيضاً على المراقبة من قِبَلِ سلطات الصحة العامة. تتمثل أهداف تلك الخطط في ضمان مياه الشرب الآمنة من خلال الممارسات الجيدة بشأن إمدادات المياه، وهي:

- ◀ للحيلولة دون تلوث مصدر المياه؛ و
- ◀ لمعالجة المياه للحد من التلوث الذي قد يكون موجوداً أو إزالته إلى المدى اللازم لتحقيق أهداف جودة المياه؛ و
- ◀ للوقاية من التلوث ثانية أثناء تخزين مياه الشرب وتوزيعها والتعامل معها.
- ◀ توفر وثيقة منظمة الصحة العالمية (WHO) **WHO's Water Safety Plans** إرشاداً بشأن كيفية وضع تلك الخطط من قِبَلِ سلطات الصحة العامة لمجال من أنواع إمدادات المياه.

تذكير: دور السلطات المحلية



غالباً ما تمارس السلطات المحلية للصحة البيئية دوراً هاماً في إدارة مصادر المياه وإمدادات مياه الشرب؛ وقد يشمل ذلك التفتيش على المُسْتَجْمِعَاتِ والترخيص للأنشطة في المُسْتَجْمِعَاتِ التي قد يكون لها أثر على جودة المياه المَصْدَر؛ وقد تشمل أيضاً التَّحَقُّق والتدقيق (المراقبة) في إدارة الأنظمة الرسمية لمياه الشرب. يمكن أيضاً للسلطات المحلية للصحة البيئية أن توفر إرشاداً لأصحاب العمل بشأن تصميم وتنفيذ أنظمة مياه الشرب في مكان العمل وتصحيح أوجه القصور؛ ولها أيضاً دور هام لتمارسه في تثقيف الشركاء الاجتماعيين بشأن متى يكون من الضروري معالجة مياه مكان العمل.



دمج المياه والإصحاح والقواعد الصحية في تقييم الخطر لموقع العمل



إن دمج تقييم الخطر وتحديد المخاطر في مكان العمل المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية في مواقع العمل ممكن بسهولة، كحصول العمال على المياه الآمنة. إن تحديد المخاطر الذي يركز على المياه والإصحاح والقواعد الصحية سوف يحدد العوامل القابلة للملاحظة أثناء جولات التفتيش في موقع العمل من قِبَل مفتش العمل؛ مثلاً:

◀ توافر وتوفير المياه الصالحة للشرب لكافة العمال، بما في ذلك المُعَوَّقون.

◀ توافر وتوفير أوعية الشرب.

◀ توافر المياه لأغراض القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل، والتزويد بالمياه.

يتصدى تحديد المخاطر أيضاً للعوامل التنظيمية التي قد تكون ملاحظتها أقل وضوحاً أثناء الجولات في مكان العمل، لكن يمكن تحديدها أثناء التحدث مع المشرفين والعمال. تتضمن تلك العوامل التنظيمية السياسات والممارسات المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، والفواصل أثناء العمل للراحة ولتناول مياه الشرب، والتدريب بشأن إدارة الإماهة في مكان العمل، والآليات التعويضية التي قد تؤثر على الحصول على الفواصل أثناء العمل للراحة (مثلاً، الأجر على أساس القطعة مقابل الأجر على أساس الساعة).



الوحدة 1: المياه
قائمة التَّحَقُّق للحكومات



<p>هل دُمِّجَت اعتبارات توفير مياه الشرب في أماكن العمل في سياسات ونُظُم وبرامج السلامة والصحة المهنية؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>ح.1.1</p>
<p>ما الإجراء الذي تقترحه؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل وُضِعَت القوانين ومُكِّنَت من أجل توفير المياه لمكان العمل (بها في ذلك القوانين بشأن مرافق مياه الشرب والمياه لأغراض القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل؟)</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>ح.2.1</p>
<p>ما الإجراء الذي تقترحه؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل أعتُمِدَت الخدمات المتعلقة بتوفير المياه الصالحة للشرب وبالمراقبة؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>ح.3.1</p>
<p>ما الإجراء الذي تقترحه؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل يوجد نظام لتدريب إدارات تفتيش العمل بشأن الأخطار المرتبطة بالمياه (بها في ذلك مكافحة نواقل الأمراض)، ولضمان أن التفتيش يُجرى على نحو منهجي؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>ح.4.1</p>
<p>ما الإجراء الذي تقترحه؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	



دليل العمل لأصحاب العمل: المياه



▪ موافقة السلطة المختصة على كيفية تصميم واستخدام وتنظيف وتطهير صهاريج النقل وخزانات التخزين وحاويات التوزيع.

□ أطلب الموافقة من السلطة المختصة لتوفير مياه الشرب من مُزوِّدين خاصين، إذا كانت الحالة كذلك.

□ صَعِّعَ نظاماً للتَحَقُّقَاتِ المنتظمة لجودة المياه من قِبَلِ السلطة المختصة، أو دَعَّ الموظفين المُدرِّبين جيداً في الموقع يَظطعون بهذا النشاط.

إن أصحاب العمل، بالإضافة إلى منظماتهم، مُلزَمون بتعزيز معايير العمل الأساسية المتعلقة بالسلامة والصحة المهنية. لمنظمات أصحاب العمل دور مركزي في التأثير على أصحاب العمل بشأن كيفية إدارة تدابير السلامة والصحة المهنية من حيث صلتها بتوفير المياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية، لاسيما في المنشآت الصغيرة في الاقتصاد المحلي غير المُنظَّم. إن أصحاب العمل أساسيون في تطوير الحوار الاجتماعي والحفاظ عليه (تبادل المعلومات، أو التشاورات، أو المفاوضات) مع الوكالات الحكومية والعمال وممثلي العمال، والنقابات، عندما يتعلق الأمر بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل، بما في ذلك الحصول على المياه الآمنة وإدارة الأخطار المرتبطة بالمياه.

نقطة التَحَقُّقِ أ. 1. 2. وفَرَّ كميات كافية من مياه الشرب الآمنة التي يمكن الوصول إليها بسهولة



نقطة التَحَقُّقِ أ. 1. 1. حافظ على التواصل الشفاف مع السلطات المحلية للمياه لضمان توفير المياه من مصدر مُعتمَد رسمياً



لماذا؟

يُنقِصُ التَّجفافُ بسرعة القدرة البدنية والعقلية، ويمكن أن يُنقِصُ الإنتاجية ويزيد من خطر الحوادث في مكان العمل. ينبغي توفير المياه الصالحة للشرب، كما ينبغي حمايتها من التلوث. يمكن للمياه غير الصالحة للشرب أن تجعل العمال مرضى، ولا ينبغي حدوث التباس بينها وبين المياه الصالحة للشرب.

لماذا؟

إن المياه التي لا يتم توفيرها من مصدر مُعتمَد رسمياً قد تكون مُلوَّثة وتسبب الأمراض لدى العمال.

كيف؟

□ قُمْ بإجراء تقييم للخطر في مكان العمل لإدراك الاحتياجات لمياه الشرب استناداً إلى:

- درجة الحرارة والرطوبة؛ و
- مستوى النشاط لمهام العمل؛ و
- الخصائص الفردية للعامل، بما في ذلك الإعاقة؛ و
- المسافات بين مهام العمل ومواقع الشرب.

كيف؟

- صَعِّعَ خطة وتصميماً لتوفير مياه الشرب.
- استعرض الخطط مع السلطات المحلية المختصة لضمان أن مكان العمل يراعي القوانين المحلية.
- اتخذ الترتيبات مع السلطة المختصة للتفتيش على مصادر المياه ولتوفير الموافقة الرسمية على أن المياه صالحة للاستهلاك البشري.
- أطلب الموافقة من السلطة المختصة من أجل ترتيبات نقل المياه، إذا ما تعين نقل مياه الشرب إلى موقع العمل.



تذكير: المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم



المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم هو إطار مُؤسَّس عالمياً للوقاية من الأخطار على الصحة والسلامة والتحكم بتلك الأخطار عبر تحديد التدخلات الفعالة. يعتبر المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم أن التدخل الأكثر فعالية هو القضاء التام على المخاطر؛ وأما الاستراتيجية الثانية الأكثر فعالية فهي الاستبدال، ثم إجراءات التحكم الهندسية وإجراءات التحكم الإدارية. إن استخدام مياه الشرب الآمنة بدلاً من المشروبات الغازية المُحلَّلة بالسكر هو مثال مرتبط بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية بشأن إجراءات التحكم المتعلقة بـ «الاستبدال».

المصدر: Davy, BM et al., 2014. "Impact of individual and worksite environmental factors on water and sugar-sweetened beverage consumption among overweight employees", in *Prev Chronic Dis*, Vol. 11, No., pp.E71

- تأكد أن الوصول إلى مياه الشرب مناسب للعمال بصرف النظر عن القطاع؛ مع مراعاة مهام العمل في بعض أنشطة مكان العمل، كالزراعة والتعدين (التنقيب) والبناء.
- خذ بعين الاعتبار احتياجات العمال المُعَوَّقِينَ. صمِّم مواقع الشرب بطريقة تجعل الوصول إليها سهلاً لكل شخص.
- وفر أوعية فردية للشرب للاستخدام لمرة واحدة، أو وفر مياهاً نظيفة لغسل أوعية الشرب بفترات منتظمة.

□ وفر المياه الصالحة للشرب من المصادر المُعتمَدة من السلطة المختصة حصراً، ووفقاً للقوانين الوطنية.

□ اختر مياه الشرب الجارية إذا كانت متوفرة وعملية.

□ وفر المياه في حاويات في حالة أن المياه الجارية غير متوفرة وغير عملية. تأكد أن الحاويات:

- مغلقة بإحكام. لا توفر حاويات مكشوفة، كالدلاء التي يجرف العمال منها الماء!
- مزوَّدة بصنوبر لتوزيع المياه.
- مزوَّدة بشارات واضحة لما تحتويه.
- تُنظَّف وتُطهَّر بفترات منتظمة.

دراسة حالة: شجّع على المياه بدلاً من المشروبات السكرية قليلة المُغذِّيات



يعتبر التشجيع على مياه الشرب مكوناً أساسياً في مبادرات العافية في مكان العمل. يزداد في البلدان مرتفعة ومتوسطة الدخل استهلاك المشروبات المُحلَّلة بالسكر. قِيمَت دراسة أجراها Davy et al., (2014) كيف أثرت العوامل في مكان العمل على استهلاك المشروبات بين العمال الذين يعانون من فرط الوزن. إن الحصول على مياه الشرب المُحَسَّنة وتوفرها وعدم تناول المشروبات السكرية قليلة المُغذِّيات في مكان العمل قد تساعد في التشجيع على استهلاك المياه، وبالتالي الحفاظ على حالة ملائمة من الإماهة لدى العمال. تضمنت توصيات الدراسة الحد من توفر آلات البيع الذاتي التي تبيع المشروبات قليلة المُغذِّيات (Davy et al., 2014).



- حافظ على المياه بعيداً عن المواد الكيميائية والمواد الخطرة الأخرى، وإضمن أن مصادر مياه الشرب لا تمتزج مع مياه المسيل.
- إضمن أن مياه الشرب غير موصولة إلى إمدادات المياه غير الصالحة للشرب. إتصل بالسلطة المختصة عند الشك.
- نظف وطهر صهاريج النقل وخزانات التخزين وحاويات التوزيع بفترات منتظمة كما توصي السلطة المختصة.
- إضمن اختبار مياه الشرب من قبل السلطة المختصة على أساس منتظم.

دراسة حالة: يمكن أن تتلوث أيضاً أنظمة توزيع المياه



أشارت تقارير الدراسات في أوروبا إلى أن ثلث فاشيات الأمراض المعدية المعوية قد تكون مرتبطة بأنظمة توزيع المياه. وصفت دراسة إسبانية فاشية من التهاب المعدة والأمعاء الحاد (AGE) بين عمال مصنع للأجهزة. حدد الاستقصاء 302 نوبة من هذا المرض الذي أثر على 238 شخصاً بين حزيران/ يونيو وأيلول/ سبتمبر 2013. كشفت الدراسة البيئية وجود صلة بين نظام المياه الصناعية ومياه الشرب في مقصف المصنع.

الدروس المستفادة: طوّر العلاقات الشفافة مع السلطات المحلية للمياه وإضمن إجراء الاختبار المنتظم لمياه الشرب لحماية صحتك وصحة عمالك.

المصدر: Altzibar, JM. et al. 2015. "Outbreak of acute gastroenteritis caused by contamination of drinking water in a factory, the Basque Country", in J Water Health, Vol. 13, No. 1), pp.168-73

تذكير: توفير المياه الآمنة في الصناعات البحرية



للحصول على المياه الصالحة للشرب للعمال على السفن وسفن الصيد وغيرها من السفن أهمية خاصة للحماية من انتقال الأمراض المعدية. نظراً لبعدهم عن الشاطئ وخدمات إمدادات المياه، فقد يتعرض العمال على السفن لأخطار الأحياء الدقيقة (الميكروبات) المرتبطة بالمياه الملوثة بمفرغات الإنسان والحيوان. إن التلوث الكيميائي مصدر قلق بسبب المياه الملوثة التي مصدرها الميناء، أو الوصلات التصالبية على متن السفينة، أو المعالجة غير الملائمة على متن السفينة. ينبغي لأصحاب العمل أن يضمنوا أن المياه الصالحة للشرب هي حصراً المستخدمة للشرب وأنه يتم الحفاظ عليها على نحو ملائم للحد من الأمراض على متن السفينة. علاوة على ذلك، ينبغي أن يحصل الموظفون المسؤولون عن نظام المياه الصالحة للشرب على التدريب اللائم.

المصدر: Davy, BM et al., 2014. "Impact of individual and worksite environmental factors on water and sugar-sweetened beverage consumption among overweight employees", in Prev Chronic Dis, Vol. 11, No., pp.E71

الحماية من مياه الشرب الملوثة:

- ضعُ شارات واضحة على مصادر المياه الصالحة للشرب ومصادر المياه غير الصالحة للشرب باستخدام لافتات يمكن تمييزها.
- اِمنع الشرب في الأماكن التي يمكن أن تلوث المخاطر فيها مياه الشرب. قُم بإنفاذ القواعد التي تتيح شرب المياه فقط في مناطق معينة حصراً.

تتوييه

لا تشرب
هذه
المياه





نقطة التَّحَقُّقُ أ.3.1.1. وفُر كميات كافية من المياه الآمنة لأغراض القواعد الصحية الشخصية وأغراض القواعد الصحية في مكان العمل

لماذا؟

المياه عنصر أساسي للحفاظ على كل من القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل. إن الحصول على المياه الآمنة ضروري لاحتياجات الطهي والتنظيف وغسل الملابس بغية الحفاظ على صحة العمال وإنتاجيتهم.

كيف؟

- قُمْ بإجراء تقييم للخطر في مكان العمل من أجل الاحتياجات المرتبطة بالمياه ذات الصلة بالقواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل.
- وفِّر المياه الصالحة للشرب لمرافق غسل اليدين ومرافق الاغتسال والاستحمام بالدُّوش.
- وفِّر المياه الصالحة للشرب لاحتياجات الطهي، بما في ذلك غسل المواد الغذائية والأواني والأدوات، بالإضافة إلى إعداد الطعام في مكان العمل إذا لزم الأمر.
- وفِّر المياه لتنظيف مكان العمل وغسل الملابس، حسب الحاجة استناداً إلى قطاع العمل والنشاط.
- اتَّبِع القوانين الوطنية بشأن توفير المياه لاحتياجات مكان العمل الأخرى، وعُدْ إلى الجدول بشأن صكوك منظمة العمل الدولية في «مدخل» هذا الكتاب.



نقطة التَّحَقُّقُ أ.4.1.1. اِضْمِنْ التحكم الفعال بتصريف المياه، بالإضافة إلى إدارة أخطار السلامة والصحة المهنية المرتبطة بالمياه

لماذا؟

المياه في مكان العمل ضرورية من أجل صحة العامل وإنتاجيته. رغم ذلك، قد تشكل المياه خطراً صحياً عندما تلوث، أو تسبب تلف مرافق مكان العمل، وعندما تصبح بمثابة بيئة مناسبة لتكاثر نواقل الأمراض.

كيف؟

- قُمْ بإجراء تقييم للخطر في مكان العمل للأخطار المرتبطة بالمياه، بما في ذلك الأخطار المرتبطة بنواقل الأمراض والأخطار المتعلقة بالسلامة والصحة المهنية لقطاعات أو أنشطة عمل محددة.

تصريف المياه:

- اِضْمِنْ أن نقاط تصريف المياه مُخَطَّط لها ومُشَيِّدة ومُصانَّة جيداً. يشتمل ذلك على تصريف المياه من المرافق الصحية ومناطق الاغتسال. تَدَكَّرْ أن الإشراف الخاص ضروري لضمان أن المراحيض في منأى عن الفيضانات بغية تفادي الضرر البنيوي والتسرب.
- قُمْ بالقضاء على موائل نواقل الأمراض في الموقع أو قُمْ بالتحكم بها، كالإطارات والدلاء وبرك المياه الرَّاكدة.
- قُمْ بتغطية القسم المكشوف لأحواض اِسْتِجْمَاع مياه الأمطار ولحاويات مكان العمل الضرورية الأخرى بشبَّاك منع دخول الحشرات.
- اِضْمِنْ أن أنظمة الري مُصمَّمة وتُشغَّل بحيث أن لا تشجع على تكاثر القواقع. كمثال لتدابير التحكم: السماح بالتدفق السريع للمياه أو تصريف المياه الملائم أو إدخال مَنَاجِل عند مناطق دخول المياه لاحتجاز القواقع البالغة.

أخطار السلامة والصحة المهنية المرتبطة بالمياه:

- اِضْمِنْ اتخاذ التدابير الملائمة في مكان العمل وفقاً للمخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم للحد من الأخطار والمخاطر المرتبطة بالمياه؛ كأمثلة:
 - الأمراض المنقولة بالمياه
 - الغرق
 - الصعق الكهربائي



نقطة التَّحَقُّق أ. 1. 6. سَجِّلْ وَبَلِّغْ عن الحدوثات والأحداث والأمراض والحوادث ذات الصلة بالقواعد الصحية



لماذا؟

لأصحاب العمل ومنظماتهم القدرة على جمع وتبادل الإحصاءات القِيَمَة بشأن حدوث الأخطار والأمراض المرتبطة بالمياه التي ستوفر بِيَنَة بشأن تطور برامج الوقاية، بالإضافة إلى سياسات مكان العمل.

كيف؟

- ضَعْ نظاماً شفافاً وموثوقاً به لتسجيل الحدوثات والأحداث والأمراض والحوادث المرتبطة بالمياه؛ أو أدمج قضايا المياه في نظامك القائم. يمكن أن تتضمن الأمثلة ما يلي:
 - خلل أداء مرافق مياه الشرب، أو تلوث مصادر مياه الشرب.
 - فاشية مرض مرتبط بالمياه.
 - الاستخدام غير الملائم للمياه في مكان العمل.
 - فيضان المياه ودمار مرافق مكان العمل أو تلوثها.
- طَوِّرْ نظاماً لإبلاغ السلطات المحلية عن الأحداث.

قائمة التَّحَقُّق أ. 1. 5. أدمج المعلومات بشأن احتياجات الإماهة، والحصول على المياه الآمنة، والأخطار المرتبطة بالمياه في البرامج التدريبية لمكان العمل



لماذا؟

إن العمال الذين تم إبلاغهم بشأن كيف يديرون على نحو ملائم الإماهة واحتياجاتهم من المياه في مكان العمل، بالإضافة إلى الأخطار المرتبطة بالمياه سيكونون مُهَيَّئِينَ بشكل أفضل لحماية صحتهم وسلامتهم، ومن الممكن أن يسهموا بمكان عمل أكثر إنتاجية.

كيف؟

- أدمج المعلومات بشأن الإماهة، والحصول على المياه الآمنة في مكان العمل، والأخطار المرتبطة بالمياه في البرامج التدريبية لمكان العمل. بالنسبة لكافة القطاعات، قُمْ بتغطية المواضيع المتعلقة بـ:
 - أهمية الإماهة والخطوات الرئيسية لإدارة الإماهة.
 - تموضع مرافق مياه الشرب وصيانتها الملائمة.
 - تموضع مرافق المياه لأغراض القواعد الصحية الشخصية والشخصية وأغراض القواعد الصحية في مكان العمل، واستخدام تلك المرافق وصيانتها.
 - أهمية تصريف مياه مكان العمل ومكافحة نواقل الأمراض.
 - الأخطار المرتبطة بالمياه الخاصة بقطاعها ونشاطها، واستراتيجيات التخفيف من شدتها.
- وَفِّرْ تعليمات محددة بشأن احتياجات المياه استناداً إلى قطاع مكان العمل وظروف مكان العمل.



الوحدة 1: المياه



قائمة التَّحَقُّق لأصحاب العمل

<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل توجد اتصالات شفافة مع السلطات العامة للمياه أو المزودين بالمياه الخاصين لضمان توفير المياه من مصدر مُعتمد رسمياً؟</p>	<p>أ.1.1</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل مرافق مياه الشرب متوفرة بحيث تحتوي على المياه الصالحة للشرب وتفي باشتراطات القوانين الوطنية؟</p>	<p>أ.2.1</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تتوفر مياه مناسبة من أجل القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل؟ هل يفي توفير المياه بمتطلبات اللوائح الوطنية؟</p>	<p>أ.3.1</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل توجد استراتيجيات للتحكم الفعال بتصريف المياه؟ هل توجد استراتيجيات لإدارة الخطر المتعلق بالسلامة والصحة المهنيين بما يرتبط بالمياه؟</p>	<p>أ.4.1</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل دُمجت المعلومات بشأن احتياجات الإماهة، والحصول على المياه الآمنة، والأخطار المرتبطة بالمياه في البرنامج التدريبي لمكان العمل؟</p>	<p>أ.5.1</p>



□ أولوية؟

هل تقترح أي إجراء؟

اقتراحات

.....

□ نعم

□ لا

هل يوجد نظام موثوق وشفاف لتسجيل والإبلاغ عن الحوادث والأحداث والأمراض والحوادث المرتبطة بالمياه؟

أ.1.6

□ أولوية؟

هل تقترح أي إجراء؟

اقتراحات

.....

دليل العمل للعمال: المياه



- قُمْ بإيلاء مزيد من الاهتمام للعاملين الآخرين الذين قد يكونون أكثر تعرضاً للأخطار المرتبطة بالإمالة، كالعاملين المُعَوَّقين.
- اشرب الماء بفترات منتظمة، حتى ولو لم تشعر بالعطش. تَذَكَّرْ بأنه ما أن تشعر بالعطش، فإن هذا يعني أن التَّجْفَاف بدأ بالحدوث لديك.
- اختر المياه كمشروبات للحفاظ على الإمالة. قد تعزز التَّجْفَاف المشروبات الغنية بالسكر أو الكافيين.
- لا تَشْرَبِ المشروبات الكحولية أثناء العمل أو قبله مباشرة.
- استخدم مرافق مياه الشرب للغرض الذي صُمِّمت من أجله.
- استخدم أوعية الشرب الشخصية النظيفة كالأكواب.
- لا تَشَارِكِ الأكواب مع الآخرين، تفادياً للتلوث.
- عُدْ إلى الجدول المناسب بشأن مياه الشرب بحسب قطاع العمل في «مدخل» هذا الكتاب.

لقد أدرك العمال وممثلو العمال ومنظمات العمال منذ زمن بعيد الحاجة إلى المساهمة في تعزيز السلامة والصحة المهنية وحماية سلامة العمال وصحتهم ورفاههم. من خلال المفاوضة الجماعية وتبادل المعلومات والتشاور والمفاوضات مع أصحاب العمل، فقد عزز العمال ومنظماتهم الحوار الاجتماعي في قطاعات عديدة. إن إتاحة ما هو أساسي بما يتعلق بالمياه ومرافق الإصحاح والقواعد الصحية في العمل، بما في ذلك المياه الآمنة، هي أيضاً مجال من مجالات السلامة والصحة المهنيين الذي يمكن أن يستفيد من عمليات الحوار الاجتماعي. توفر نقاط التَّحَقُّق الواردة أدناه مجالات العمل الرئيسية حيث يستطيع العمال ومنظماتهم المساعدة في تحقيق الحصول على الحقوق الأساسية في العمل، بما في ذلك مياه الشرب الآمنة، والتحكم بالأخطار المرتبطة بالمياه بغية الحفاظ على بيئات عمل أكثر أماناً.

نقطة التَّحَقُّق ع. 1.1.1. استخدام مرافق مياه الشرب على نحو ملائم، وامتثل لقواعد مكان العمل بشأن الإمالة



تذكير: رصد التَّجْفَاف



أثناء العمل في بيئات حارة أو العمل في أنشطة تتطلب جهداً بدنياً، فإن التعرق هو عملية فيزيولوجية (وظيفية) طبيعية للحفاظ على درجة حرارة الجسم. رغم ذلك، يمكن للتعرق الشديد أن يؤدي سريعاً إلى التَّجْفَاف. إن عدم الحصول على إمدادات مياه الشرب المستمرة، كما هو الحال في قطاع النقل البري، قد يتطلب احتياطات خاصة بشأن التَّجْفَاف. تتضمن العلامات التي يتعين البحث عنها والتي يمكن أن تشير إلى التَّجْفَاف ما يلي:

- ◀ ازدياد العطش
- ◀ البول داكن اللون، أو قليل الكمية بالمقارنة مع الحالة الاعتيادية
- ◀ انخفاض حاد في الوزن خلال فترة قصيرة من الزمن
- ◀ صَعْف ودوار
- ◀ تخليط

لمزيد من المعلومات بشأن الإمالة والعمل في البيئات الحارة، نظَّر Temperature at Work - heat. A guide for safety representatives from the Trades Union Congress (TUC)

لماذا؟

تقع مسؤولية توفير المياه الصالحة للشرب على عاتق صاحب عملك؛ وهو بدوره، باتباعه قواعد مكان العمل بشأن الإمالة، بالإضافة إلى استخدام مرافق مياه الشرب وصيانتها سوف يحافظ عليك بحالة آمنة وصحية ومُنتِجة. إضْمَنْ أنه ليس لإجراءاتك أثر ضار على جودة المياه بغية حماية صحة كافة زملائك.

كيف؟

- اِبْقِ مطلعاً على قواعد مكان العمل بشأن إدارة الإمالة واستخدام وصيانة مرافق مياه الشرب.
- شارِكِ في النشاطات التدريبية التي ينظمها صاحب عملك أو منظمك العمالية.
- سَلْ مشرفك في حال أن قواعد مكان العمل غير واضحة بالنسبة لك.
- شَجِّعِ العاملين الشباب والجدد على تطوير عادات الإمالة الآمنة.



نقطة التَّحَقُّق ع. 3.1.1. إمتثل لقواعد مكان العمل بشأن تصريف المياه، ومكافحة نواقل الأمراض، والعمل بأمان في المياه وحولها



نقطة التَّحَقُّق ع. 2.1.1. إستخدم وُصُن مرافق المياه من أجل القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل، وإمتثل لقواعد مكان العمل بشأن استخدام المياه



لماذا؟

تمتد احتياجات المياه في مكان العمل والسلامة والصحة المهنيين إلى ما هو أبعد من احتياجات المياه للشرب والطهي. يمكن للمياه أيضاً أن تشكل خطراً صحياً عندما تتلوث، أو عندما تصبح بيئة لتكاثر الحشرات التي تنقل المرض.

كيف؟

- إبتق مطلعاً على قواعد مكان العمل الخاصة بشأن تصريف المياه ومكافحة نواقل الأمراض وإتبع تلك القواعد، على سبيل المثال:
 - القضاء في الموقع على موائيل نواقل الأمراض، كالدلاء الفارغة، أو الإطارات، أو حاويات أخرى يمكن أن تكون منطقة لتكاثر البعوض والحشرات الأخرى.
- إبتق مطلعاً على قواعد مكان العمل الخاصة بشأن العمل بأمان في المياه أو ما حولها. يمكن أن يتضمن ذلك احتياطات خاصة استناداً إلى طبيعة نشاط عملك أو قطاع عملك. يمكن أن تتضمن الأخطار:
 - الأمراض المنقولة بالمياه، كداء البلهارسيا في المياه الراكدة
 - الغرق
 - الصعق الكهربائي

نقطة التَّحَقُّق ع. 4.1.1. أرصد الأخطار المرتبطة بالمياه وبلِّغ عنها



لماذا؟

يتمتع كافة العمل بحق الحصول على مياه آمنة في مكان العمل، والحماية من الأخطار المرتبطة بالمياه. مع هذا الحق تأتي مسؤولية رصد أخطار السلامة والصحة المهنيين من حيث صلتها بالمياه، والإبلاغ عنها قبل أن تصبح مشكلة. إن الرصد والإبلاغ الفعالين يدعمان ثقافة الوقاية في مكان العمل، ويمكن أن ينقضا خطر الحوادث والأمراض.

لماذا؟

إن الحصول على المياه في مكان العمل ضروري ليس للشرب فحسب، لكن أيضاً للاحتياجات الأخرى كالاستحمام والطهي والتنظيف. عبر اتباع قواعد مكان العمل بشأن استخدام المياه، فإن كل عامل يستطيع المساعدة في الحفاظ على بيئة عمل آمنة وصحية لكافة العمال.

كيف؟

- إبتق مطلعاً على قواعد العمل الخاصة التي وضعها صاحب عملك بشأن استخدام المياه ومن أجل مرافق المياه، وإتبع تلك القواعد.
- إستخدم حصراً مناطق الغسل المُعتمَدة لغسل اليدين والنظافة الشخصية لضمان أن المياه صالحة للشرب وأن استخدامها آمن.
- لا تَغسَل مواد مكان العمل أو معداته في مناطق الغسل الشخصية تفادياً للتلوث.
- إستخدم المياه الصالحة للشرب لكافة احتياجات الطهي، بما في ذلك غسل المواد الغذائية، وأواني الطهي ومواده، ومن أجل طهي الطعام.
- إتبع قواعد مكان العمل بشأن استخدام المياه للتنظيف وغسل الملابس.
- عُدْ إلى الجدول الملائم بشأن استخدام المياه بحسب قطاع العمل في «مدخل» هذا الكتاب.



كيف؟

تذكير: أهمية الحوار الاجتماعي



إن تطوير ثقافة الوقاية في مكان العمل هو عملية ليست أحادية الخطوة وليست أحادية الجانب. تتطلب السلامة في مكان العمل، لاسيما عندما يتعلق الأمر بتوفير المياه والإصحاح والقواعد الصحية، حواراً اجتماعياً فعالاً بين أصحاب العمل والعمال (بما في ذلك ممثلو العمال، ومنظمات العمال، والنقابات). يمكن أن يتألف الحوار الاجتماعي من تبادل المعلومات، والتشاور، والمفاوضات بشأن المسائل الرئيسية المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، خاصة تلك التي لها صلة خاصة بقطاع عمل أو مهنة معينة.

لقد أدركت منظمات العمال منذ زمن طويل الحاجة إلى المساهمة في التدابير المتعلقة بالسلامة والصحة المهنتين في مكان العمل. إن المفاوضات الجماعية، كجزء من الحوار الاجتماعي، هي إحدى الاستراتيجيات الأساسية لمنظمات العمال لتعزيز السلامة في أماكن العمل. بوصفها منظمات للدعوة، فإن النقابات في وضع يمكنها من نشر المعرفة واتخاذ إجراء مباشر للتأثير على قانون وممارسات العمل من حيث صلتها بتوفير المياه والإصحاح والقواعد الصحية. وبسبب هيكلها المتكامل شاقولياً، فإنها توفر ارتباطاً فريداً بين المستوى العالمي والوطني والمحلي، مما يتيح التغيير المُستدام وتحسين مكان العمل. علاوة على ذلك، فإن النقابات في وضع جيد يمكنها من العمل مباشرة على مستوى المنشأة واتخاذ إجراء مباشر لتوفير الأنشطة التدريبية والموارد بشأن أهمية المياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل.

تَوْحَّ الحذر بشأن ظروف مكان العمل التي تشكل خطراً صحياً مرتبطاً بالمياه؛ على سبيل المثال:

- مرافق مياه الشرب التي أصابها الخلل.
- مرافق مياه الشرب التي لا تحقق القواعد الصحية أو الملوثة، كحاويات المياه المكشوفة.
- تغيير مذاق أو مظهر مياه الشرب.
- إن تغيير المظهر أو المذاق أو الرائحة الاعتيادية لإمدادات مياه الشرب قد يعني تغيير جودة مصدر المياه، أو قصورات في عملية المعالجة، وينبغي استقصاء ذلك.

تَوْحَّ الحذر بشأن الاستخدام غير الملائم لمياه الشرب ومرافق المياه الأخرى وعدم الامتثال من قِبَل العمال الآخرين. على سبيل المثال، الذين:

- لا يستخدمون أوعية الشرب الشخصية.
- يلوثون مصادر مياه الشرب؛ على سبيل المثال، عبر غسل معدات الوقاية الشخصية في مناطق غير مُعتمدة لذلك.
- يستخدمون المياه غير الصالحة للشرب لاحتياجات الطهي، لاسيما إذا ما كانت تلك المواد الغذائية مشتركة بين العمال.

■ أبلغ المشرف عن أي وضع أو سلوك قد يشكل خطراً مرتبطاً بالمياه. تذكّر أن الأخطار يمكن أن تكون كامنة (قد تسبب مشكلة صحية في المستقبل إذا لم تُعالج) أو فعلية (الأخطار التي تسبب بصورة فعالة مشكلة صحية).



الوحدة 1: المياه



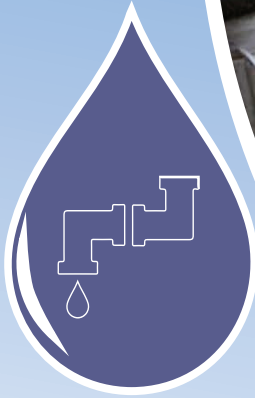
قائمة التَّحَقُّق للعمال وممثلي العمال ومنظمات العمال

<p>هل تُستخدَم مرافق مياه الشرب على نحو ملائم؟ هل هناك امثال لقواعد مكان العمل بشأن الإِماهة، واستخدام مرافق مياه الشرب وصيانتها؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.1.1
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل تُستخدَم مرافق المياه على نحو ملائم لاحتياجات القواعد الصحية الشخصية والقواعد الصحية في مكان العمل؟ هل هناك امثال لقواعد مكان العمل بشأن استخدام مرافق المياه؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.2.1
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل هناك امثال لقواعد مكان العمل بشأن تصريف المياه والتحكم بالأخطار المرتبطة بالمياه؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.3.1
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل يوجد رصد ومراقبة فعالان للأخطار والسلوكيات المرتبطة بالمياه من قِبَل العمال؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.4.1
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	



الوحدة 2 الإصحاح

الوحدة اثنان





الوحدة 2: الإصحاح

ما هو الإصحاح في مكان العمل؟

- يشير الإصحاح في مكان العمل إلى توفير مرافق وخدمات التخلص الآمن من مُفرّغات الإنسان، ومستلزمات القواعد الصحية للحيض، ونفايات مكان العمل.
- الإصحاح في مكان العمل هو تعبير شامل يعني أكثر من مجرد مراحيض. يشير أيضاً إلى الحفاظ على الظروف الصحية، من خلال الاستخدام الملائم للمراحيض وتنظيفها، ومن خلال الخدمات كإدارة المياه العادمة والحمامة البرازية، وجمع الفضلات الصلبة، ومن خلال تعزيز السلوك الفردي لدى العامل المتعلق بالإصحاح، بما في ذلك الاستخدام الملائم للمراحيض والحيلولة دون التبرُّز في العراء.
- يشمل الإصحاح أيضاً التدخلات التي تحد من تعرضات الإنسان للأمراض عبر توفير بيئة نظيفة من أجل العمل؛ كما يشمل أيضاً كلاً من السلوكيات والمرافق، حيث تعمل هاتان المجموعتان معاً لتكوين مكان عمل يحقق القواعد الصحية.

محتويات الوحدة

تعرض هذه الوحدة مبادئ الإصحاح في مكان العمل وتفسر أهمية الحفاظ على الظروف الصحية بغية حماية صحة العمال. إن هدف الدليل التدريبي هو إبلاغ الحكومات وأصحاب العمل والعمال على حد سواء بشأن المواضيع التالية:

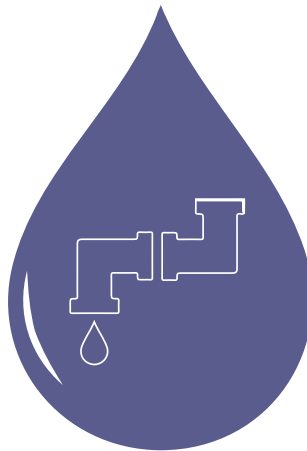
الدليل 3.2

إدارة الفضلات
الصلبة



الدليل 2.2

إدارة المياه العادمة
والحمامة البرازية



الدليل 1.2

المرافق الصحية



الدليل 1.2 . المرافق الصحية

حقائق أساسية عن التبرّز في العراء



- ◀ يجعل التبرّز في العراء دورة المرض والفقير أبدية.
- ◀ في البلدان التي يكون التبرّز في العراء الأكثر انتشاراً، فإن لديها أكبر عدد من وفيات الأطفال دون سن الخامسة، وأعلى مستويات سوء التغذية والفقير.
- ◀ إن 1 من 7 أشخاص، أو 946 مليون شخص يتبرّزون في العراء، بما في ذلك في ميازيب الشوارع (الأفنية السطحية المكشوفة في الشوارع) أو خلف الشجيرات، أو في المياه السطحية المكشوفة.
- ◀ إن 9 من 10 أشخاص الذين يتبرّزون في العراء يحيون في مناطق ريفية؛ لكن عدد الأشخاص الذين يتبرّزون في العراء في البلدات والمدن يزداد لأن مزيداً من الأشخاص ينتقلون إلى الأماكن الحضرية دون ازدياد عدد مرافق المراحيض.
- ◀ يُعرّض التبرّز في العراء الأشخاص، لاسيما النساء والأطفال، إلى التحرش والعنف المحتملين.
- ◀ يطرح التبرّز في العراء تحديات إضافية للنساء والفتيات اللاتي يتدبرن حيضهن دون مرافق آمنة.

المصدر: World Health Organization (2015). Sanitation, Fact sheet N392

يمكن للجراثيم من المُفَرَّغَات أن تعدي الآخرين بطرق مختلفة؛ على سبيل المثال:

- **السوائل:** قد تجرف الأمطارُ المُفَرَّغَات وتصل إلى الآبار والجداول، حيث تلوث المياه المُستخدَمة للشرب.
- **الأصابع:** إن الأصابع أو اليدين اللتين لم تُغسَّلا بعد الخروج من المرحاض قد تحتويان على الجراثيم؛ ويمكن لتلك الأصابع أو اليدين غير النظيفتين أن تنقل الجراثيم إلى الغذاء الذي سيؤكل فيما بعد، أو إلى الأشخاص الآخرين أثناء المصافحة.

لماذا تحظى المرافق الصحية بالأهمية؟

إن المرافق الصحية، كالمراحيض التي يمكن الوصول إليها، هي احتياجات ضرورية لكافة الكائنات البشرية. لم تم إقرار الإصحاح بوصفه حق إنساني شامل؛ ورغم ذلك، فإن أشخاصاً كثيرين حول العالم لا تُتاح لهم المراحيض، ولذلك يذهبون إلى العراء - تُعرَف هذه الممارسة بالتبرّز في العراء.

تحتوي مُفَرَّغَات الإنسان على جراثيم تستطيع أن تسبب الأمراض. عندما يُصاب الأشخاص بعدوى هذه الجراثيم، فإن مُفَرَّغَاتهم ستحتوي على كميات كبيرة من الجراثيم التي لديها القدرة على أن تسبب الأمراض لدى الآخرين الذين على تماس معها.

الأمراض المرتبطة بالإصحاح (على سبيل المثال لا الحصر):



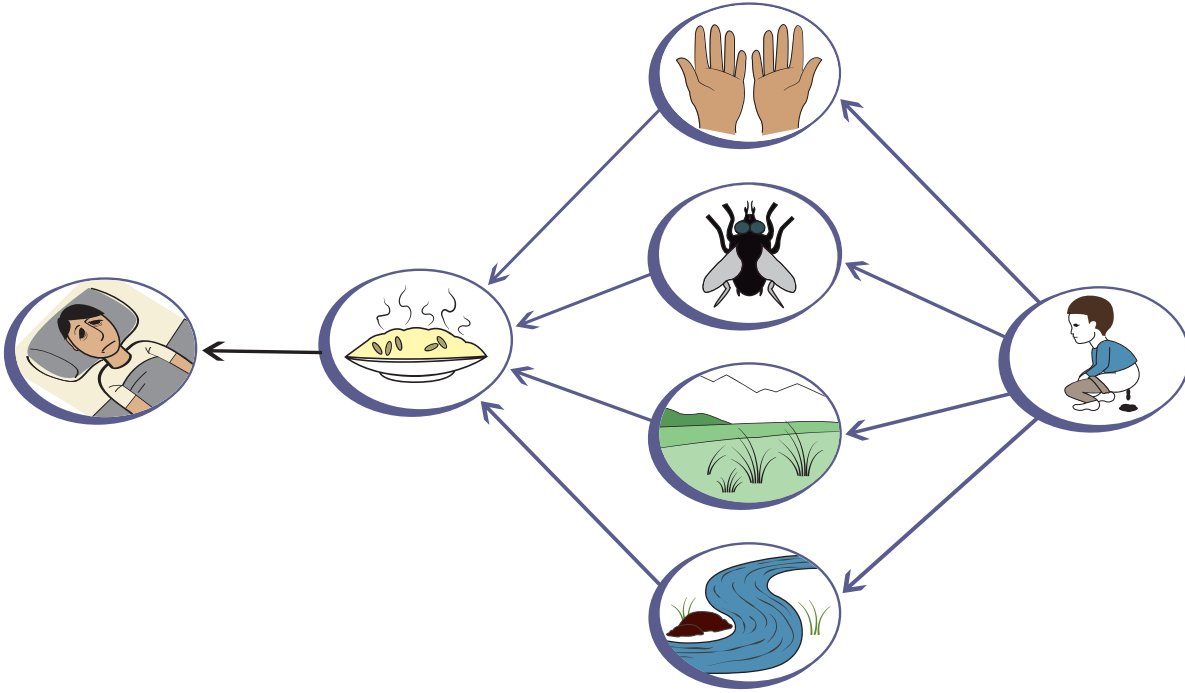
- ◀ الإسهالات
- ◀ الزُّحار
- ◀ الكوليرا (الهِبَيْصَة)
- ◀ التَّهَاب الكَبِد E
- ◀ التَّهَاب الكَبِد A
- ◀ الحُمَّى التَّيْفِيَّة
- ◀ التَّهَاب سِنْجَابِيَّة النَّخَاع (شَلَل الأطفال)

المصدر: World Health Organization (2015). Sanitation, Fact sheet N392

قد تكون الأمراض الناجمة عن التماس مع مُفَرَّغَات الإنسان وخيمة ومُهَدِّدَة للحياة. على سبيل المثال؛ لا تزال الإسهالات القاتل الرئيسي للأطفال والبالغين في جميع أنحاء العالم، لكنها قابلة للوقاية إلى حد كبير.



الشكل 1.1.2. الرسم البياني F- الشكل



يُعرف هذا الرسم البياني بمخطط F- لأن كافة مسارات الجراثيم للتلوث البرازي والفموي تبدأ (باللغة الإنجليزية) بالحرف (F) وقد تمت الموافقة من Wagner, E., G., and Lanoix, L. N. (1958). Excreta disposal for rural and small communities. WHO, Geneva, Switzerland p. 12."

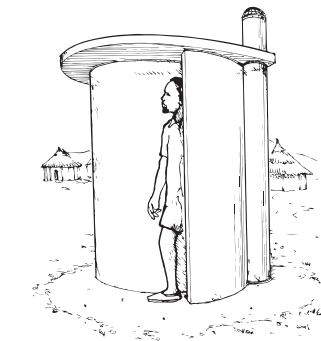
ماهي أنواع المراحيض؟

ثمة نوعان رئيسيان من المراحيض: المراحيض «المُحَسَّنة» أو «غير المُحَسَّنة». المراحيض المُحَسَّنة هو المراحيض الذي يفصل مُفَرَّغَات الإنسان عن التماس مع الإنسان من خلال مراعاة القواعد الصحية؛ أما المراحيض «غير المُحَسَّنة» فهو ببساطة المراحيض الذي يُحقق هذا الفصل. ثمة حاجة إلى المراحيض «المُحَسَّنة» لحماية صحة الإنسان (الجدول 1.1.2).

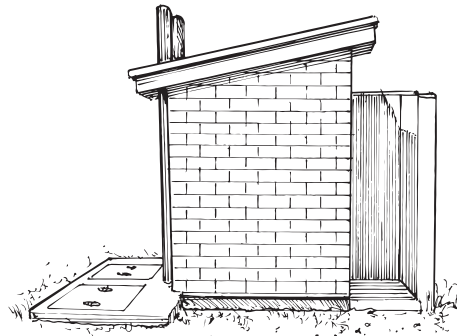
□ الذباب: من الممكن أن يتغذى الذباب والحشرات الأخرى على المُفَرَّغَات ويحمل كميات قليلة منها وجراثيمها إلى أماكن بعيدة. عندما يلامس الذباب أو الحشرات الأخرى المياه أو الطعام، قد تنتقل الجراثيم إليها، مما قد يؤدي إلى عدوى الشخص الذي يشرب تلك المياه أو يأكل ذلك الطعام.

□ الأرضيات/الحقول: يمكن للجراثيم أن تنتشر على الأرضيات وتنتقل إلى الحقول والمحاصيل ومصادر الغذاء الأخرى إذا ما لم يتم التخلص من المُفَرَّغَات على نحو ملائم.

الشكل 2.1.2. التخلص من المُفَرَّغَات.



المراحيض الحُفْرِي المُحَسَّن المُهَوَّى



المراحيض الحُفْرِي المزدوج



المراحيض الحُفْرِي المُحَسَّن

الجدول 1.1.2. أنواع المرافق الصحية.

نوع المرفق	التعريف
مرحاض الرحوض	يستخدم حوضاً أو خزان استيعاب لرحوض المياه، ومانع تسرب المياه (أنبوب أسفل المقعد أو مكان وضع القدمين أثناء اتخاذ وضعية القرفصاء أثناء التبرز) الذي يحول دون مرور الذباب والروائح. يتم التخلص من مياه المجاري بواسطة نظام أنابيب لمياه المجاري أو حوض التحليل.
مرحاض الرحوض المتدفق	يستخدم مانع تسرب المياه، لكن بما لا يشبه مرحاض الرحوض، حيث أن مرحاض الرحوض المتدفق يستخدم مياهاً متدفقة بواسطة اليد من أجل الرحوض (لا يُستخدم الحوض هنا). يتم التخلص من مياه المجاري بواسطة نظام أنابيب لمياه المجاري أو حوض التحليل.
المرحاض الحُفري الرحضي المتدفق	نوع من المرحاض الحُفري حيث تُستخدم مقادير قليلة من المياه لرحوض المُفَرَّغَات إلى الحفرة. إنه الأنسب حيثما يستخدم الأشخاص المياه لتنظيف أنفسهم بعد التبرز وحيثما تتاح للأشخاص إمدادات مياه موثوق بها قرب المنزل. عادة ما تكون الحفرة موصولة إلى منطقة حيث ترشح السوائل إلى التربة مما يجعل الفضلات الصلبة تتحلل.
المرحاض الحُفري المُحسَّن المُهَوَّى	مرحاض حُفري جاف مُهَوَّى بواسطة أنبوب يمتد فوق سقف المرحاض. تُغطَّى النهاية المفتوحة من الأنبوب بشبكة أو شبك لصعد الذباب ويُحافظ على القسم الداخلي من البنية العلوية داكناً. يُصمَّم هذا المرحاض ليكون نظاماً جافاً، وهو الأنسب حيثما لا يستخدم الأشخاص المياه لتنظيف أنفسهم بعد التبرز، لكن يستخدمون مواد صلبة، كالورق أو أوراق الشجر؛ ترشح المُفَرَّغَات إلى التربة وتبقى الفضلات الصلبة لتتحلل.
المرحاض الحُفري مع بلاطة	مرحاض حُفري جاف حيث تُغطَّى الحفرة بأكملها ببلاطة أو لوح تتناسب إما مع ثقب القرفصاء أو المقعد. ينبغي أن يكون اللوح صلباً ويمكن صنعه من مادة (الخرسانة، الإسمنت، إلخ). تُغطَّى الحفرة دون تعريض محتوى الحفرة، بدلاً من خلال ثقب القرفصاء أو المقعد. ترشح المُفَرَّغَات إلى التربة، مما يجعل الفضلات الصلبة تتحلل.
مرحاض التسميد	مرحاض جاف حيث تُضاف مادة غنية بالكربون (العشب، نشارة الخشب، الرماد، إلخ). إلى المُفَرَّغَات فيه، ويتم المحافظة على ظروف خاصة للحصول على سماد عضوي غير ضار.
المرحاض الحُفري بدون بلاطة	يستخدم ثقباً في الأرض لجمع المُفَرَّغَات، وغير مُزوَّد ببلاطة أو لوح أو مقعد؛ إن الحفرة المكشوفة هي حفرة بدائية.
الدلو أو أي حاوية مكشوفة أخرى	استخدام الدلو أو حاوية أخرى لاحتجاز مُفَرَّغَات الإنسان التي تُزال دورياً بهدف معالجتها أو التخلص منها أو استخدامها كمُخَصَّب (سماد).
المرحاض المُعلَّق	مرحاض مبني فوق البحر أو نهر، أو أي كيان مائي آخر حيث تسقط المُفَرَّغَات فيه مباشرة.
بدون مرافق (التبرز في العراء)	يشتمل ذلك على التبرز في الأدغال أو الحقول أو المياه السطحية. تتوضع المُفَرَّغَات على الأرض وتُغطَّى بطبقة من التراب، أو تُغلف وتُلقى في القمامة.

الإصحاح المُحسَّن

الإصحاح غير المُحسَّن

المصدر: WHO/UNICEF Joint Monitoring Program (JMP) for Water Supply and Sanitation. Improved and unimproved water sources and sanitation facilities. 2015



ماذا بشأن الفئات المختلفة من العمال؟

في حين أن كافة العمال يستحقون توفير مرافق صحية مُحَسَّنة، فإن بعض مجموعات العمال تتطلب اعتبارات خاصة.

◀ **النساء والفتيات المراهقات.** إن الحَيْض هو من مواضيع المُحَرَّمات في بلدان وثقافات كثيرة، ويتسع نطاق ذلك بوضوح إلى مكان العمل. إن عدم وجود حيز آمن وخاص لتغيير ما اتسخ بسبب الحَيْض يمكن أن يسبب أخطاراً صحية، كالعدوى، بالإضافة إلى مشاكل الصحة العقلية من قلق وكَرْب (إجهاد) وتدني المعنويات. إن عدم القدرة على إدارة الإصحاح المتعلق بالحَيْض في مكان العمل قد يفضي إلى ضياع ساعات أو أيام في العمل وانخفاض الإنتاجية.

◀ **النساء الحوامل.** قد تحتاج النساء الحوامل إلى استخدام المراحيض بتواتر أكبر ولذلك قد يحتاجن إلى مزيد من الوقت للفواصل أثناء العمل لاستخدام المراحيض خلال يوم العمل. قد تظهر مشاكل صحية لدى العمال، لاسيما العاملات الحوامل، في حالة عدم الحصول على فواصل متكررة أثناء العمل لاستخدام المراحيض.

◀ **الأشخاص المُعَوَّقون.** قد يكون لدى العاملين المُعَوَّقين احتياجات مختلفة للوصول إلى المراحيض. إن تصميم موقع العمل هو مرحلة هامة لمراعاة وصول العاملين المُعَوَّقين إلى مراحيض ملائمة وآمنة. ينبغي تصميم المرافق الصحية وتشبيدها واختيار مكانها بطريقة تجعل من السهل الوصول إليها وتجعلها سهلة الاستخدام من قِبَل الأشخاص المُعَوَّقين. تشتمل العوائق على وجود درجات عند مدخل المرافق الصحية، وعدم وجود الدرابزينات، والإضاءة غير الكافية، والأبواب الضيقة، والحيز القليل لانعطاف الكراسي بعجلات أو استخدام العُكَّازات، وتَوَضُّع المرافق الصحية بعيداً عن مكان العمل.

◀ **الأشخاص المرضى أو ناقصو المناعة.** قد يكون العمال الذين يعانون من فيروس العوز المناعي البشري/متلازمة العوز المناعي المكتسب (HIV/AIDS) أو الأشخاص الآخرين الذين يعانون من نقص المناعة أكثر عرضة للإصابة بالأمراض من الجراثيم في مكان العمل بسبب الإصحاح السيء. قد تنشر مُفَرَّغَات الإنسان أيضاً الجراثيم من العمال المرضى إلى العمال الذين يتمتعون بالصحة. ينبغي إيلاء اهتمام خاص للمرافق الصحية للأشخاص المرضى، وينبغي أن يكون مكان العمل آمناً بحيث يتم الحفاظ على سلامة وصحة كافة الأشخاص الذين يعملون معاً.

تذكير: القواعد الصحية المناسبة المتعلقة باليدين ضرورة من أجل الإصحاح!



إن المراحيض المُحَسَّنة هي مجرد جزء واحد من مجموعة كيف تحافظ على صحتك وتظل خالياً من الأمراض التي تسببها الجراثيم. إن التقنيات الملائمة المتعلقة بغسل اليدين بعد استخدام المراحيض ضرورية أيضاً. بإمكانك قراءة المزيد بشأن ذلك في الوحدة 3 (القواعد الصحية).

ماذا بشأن المراحيض في العمل؟

يبدو أن الحاجة إلى المراحيض في العمل واضحة، وتمثل حقاً أساسياً من حقوق الإنسان، ولكنها لا تزال تميل إلى الإهمال. لا يهتم في أي بلد أو في أي قطاع يعمل الأشخاص؛ إن أصحاب العمل مسؤولون عن توفير المرفق الصحي المُحَسَّن الذي يتيح للعمال إيلاء الاهتمام بعملهم بأمان وبحذر - بما في ذلك النساء بما يتعلق بإدارة احتياجات القواعد الصحية للحَيْض - دون الضرر بصحتهن أو صحة الآخرين.

في حين أن الحكومات والسلطات المختصة مسؤولة عن وضع القوانين بشأن المراحيض وإدارتها في العمل، فإن أصحاب العمل مسؤولون عن توفير المراحيض وصيانتها. وأصحاب العمل في بعض المواقع مسؤولون أيضاً عن توفير الإقامة للعمال، بحيث أن تحتوي أيضاً أماكنها على المراحيض الملائمة في أي حالة. إن العمال بدورهم مسؤولون عن الاستخدام الملائم للمراحيض لحماية صحتهم وصحة زملائهم والمجتمعات المجاورة.

إن المراحيض النظيفة والآمنة، إلى جانب مرافق وعادات غسل اليدين هي من متطلبات الصحة والكرامة والخصوصية في العمل.



نقطة للنشر



يمكن لتوفير المراحيض في مكان العمل وصيانتها واستخدامها على نحو ملائم أن يحسن بشكل كبير صحة العمال ورعايتهم. ستتحسن معنويات العمال إذا ما أدركوا أن مكان عملهم يحتوي على مراحيض آمنة وإن إمكانية إصابتهم بالمرض تنخفض. أخيراً، إن توفير المراحيض الملائمة سيقلل خطر إصابة العامل بالمرض، وحدوث الوفاة، مما يعزز إنتاجية العامل في كافة القطاعات الصناعية.

الشكل 3.1.2. 3. مرحاض للأشخاص المُعَوِّقين.



العاملون المهاجرون. غالباً ما يكون العاملون المهاجرون مستضعفين بسبب بعدهم عن وطنهم، والصعوبات المحتملة بسبب اللغة، ونقص تقديم الخدمات الصحية والاجتماعية. ينبغي أن يراعي مكان العمل احتياجات الإصحاح للعامل المهاجر، لا سيما بما يتعلق بالاعتبارات الثقافية (مثلاً؛ مرافق منفصلة للرجال والنساء، وسائل تنظيف الشرج). قد يعتمد العاملون المهاجرون أيضاً على الإقامة في مكان العمل التي تتضمن أيضاً حقهم بالمرافق الصحية.

العاملون الشباب أو الجدد. قد يكون العاملون الشباب أقل دراية بالأخطار الصحية المتعلقة باستخدام المراحيض. أيضاً، إن خبرتهم في الاستخدام الملائم للمراحيض أقل، وقد يكونون أكثر عرضة للخطر بشأن الإصابة بمرض. قد لا يكون لدى العمال الجدد الإدراك الملائم لتصميم مكان العمل أو للوائح عندما يتعلق الأمر باستخدام المراحيض.

العاملون المسنون. قد يكون للعاملين المسنين احتياجات خاصة عندما يتعلق الأمر باستخدام المرافق الصحية. ينبغي أن يؤخذ بعين الاعتبار المسنون الذين يعانون من سلس البول، كمنح فواصل أكثر أثناء العمل لاستخدام المراحيض، والإرشاد في مكان العمل بشأن إدارة سلس البول. ينبغي أن تؤخذ بعين الاعتبار أيضاً إمكانية وصول العاملين المسنين إلى المراحيض الذين قد يشكون من نقص في القدرة البصرية أو السمع، بالإضافة إلى القدرة المحدودة على الحركة، ومدى الحركة، وحركة المفصل.

ماذا بشأن قطاعات العمل المختلفة؟

يستحق عمال كافة القطاعات توفير المراحيض المُحَسَّنة. ورغم ذلك، وحيث أن كل قطاع عمل يختلف عن الآخر، لذلك ثمة حاجة إلى تفاصيل محددة بشأن توفير المراحيض.

تذكير



تقدم مختلف صكوك منظمة العمل الدولية إرشاداً بشأن المراحيض وفقاً للقطاع. للحصول على المعلومات بشأن قطاعك، عُدْ إلى الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب.



الدليل 2.2. إدارة المياه العادمة والحماة البرازية

مصطلحات: المياه العادمة



2. المياه العادمة هي تعبير شامل، ويتضمن:

- ◀ المياه السوداء، أو مياه المجاري: بول الإنسان وبرازه
- ◀ المياه الرمادية، أو مياه البلايغ: مصادر المياه المُستخدمة الناجمة عن الطهي والغسل والاستحمام.

غالباً ما تُمزج المياه العادمة مع المياه من أجل الرخص وتنتقل من المراحيض من خلال أنظمة شبكة المجاري المجهزة بأنابيب.

الإصحاح المُحسّن مقابل الإصحاح غير المُحسّن

تماماً كالمراحيض، ثمة طرائق «مُحسّنة» و«غير مُحسّنة» لإدارة الإصحاح. تُعرّف الطرائق المُحسّنة بأنها الطرائق التي تفصل، وفق القواعد الصحية، مُفَرَّغات الإنسان عن التماس مع الإنسان، وهي هامة للحد من الأمراض في مكان العمل وفي المجتمعات المحيطة.

لماذا تحظى إدارة المياه العادمة والحماة البرازية بالأهمية

إن الهدف من المرافق الصحية المُحسّنة المذكورة في الدليل 1.2 هو فصل مُفَرَّغات الإنسان عن التماس مع الإنسان. يجب أن تذهب تلك المُفَرَّغات إلى مكان ما، وإن إدارتها على نحو ملائم عبر القضاء على تلوث البيئة بها أمر أساسي بالنسبة لصحة الإنسان.

إن الإدارة الآمنة للمُفَرَّغات أساسية للعمال بالإضافة إلى المجتمعات المحلية على السواء. ويمكن تحقيق إدارة المُفَرَّغات بطرق كثيرة، بعضها يتطلب المياه، والبعض الآخر يتطلب القليل منها أو لا يتطلب شيئاً منها. بصرف النظر عن الطريقة، فإن الإدارة الآمنة هي إحدى الطرق الأساسية لكسر دورة انتقال المرض البرازية - الفموية. لذلك، يعتبر الإصحاح حاجزاً بالغ الأهمية أمام انتقال المرض.

مصطلحات: الحماة البرازية



1. الحماة البرازية هي تعبير يُستخدم لوصف مُفَرَّغات الإنسان التي تُجمَع بنظام الإصحاح في الموقع، كالمراحيض، والمراحيض العامة غير الموصولة بشبكة المجاري، وخزانات التحلل. إن الحماة البرازية التي تُجمَع من خزانات التحلل مشمولة بهذا التعبير.



الشكل 1.2.2. الطرائق المُحَسَّنة لإدارة الإصحاح.

نوع الطريقة	الوصف
خارج الموقع: شبكات المجاري «التقليدية»	نظام لأنابيب مياه المجاري (أي، شبكة المجاري) المُصمَّم لجمع المياه العادمة من المنازل أو مكان العمل. تتطلب أنظمة شبكات المجاري المياه لرحض النفايات بعيداً. إن شبكات مياه المجاري مكلفة وتتطلب تخطيطاً وأعمال بناء واسعة النطاق، وإدارة تشغيلية جيدة.
خارج الموقع: شبكات المجاري المُبسَّطة	تتميز بأنابيب قطرها أصغر وتُدفن على عمق ضحل، من تلك المُستخدمة في شبكات المجاري التقليدية.
مختلطة: شبكات المجاري المستقرة	مُصمَّمة لنقل مكون المياه الرمادية للمياه العادمة بعد أن تستقر المواد الصلبة في خزان التحلل (أنظر أدناه).
في الموقع: خزان التحلل	نظام للإصحاح في الموقع، وهو يوفر الملاءمة لنظام شبكات المجاري، ويجمع مياه المجاري من المراحيض، ويُصمَّم تحت مستوى الأرض عادة. يتطلب تفريغاً دورياً ويجب أن يتمكن صهريج يعمل بتفريغ الهواء من الوصول إليه.
في الموقع، دون أنابيب: ◀ الرحوض / الرحوض المتدفق إلى مرحاض حُفري ◀ المراحيض الحُفريّة الجافة (الحُفريّة المُحَسَّنة المُهوَّاة، أو مع البلاطات) ◀ مراحيض التسميد	أنظمة في الموقع غير مجهزة بأنابيب. تُحزَّن المُفرَّغات في ثقب في الأرض أو في حفرة النَّص (غسل التربة) المغطاة؛ أو في مادة تسميد (من أجل مراحيض التسميد)، حيث يمكن أن تتحلل. غالباً ما تُغطَّى المراحيض الكاملة ويتم التخلي عنها بأمان، مع إنشاء حفرة جديدة في مكان آخر. كي يعتبر النظام مُحسَّناً، فإنه ينبغي أن يفصل، وفق القواعد الصحية، مُفرَّغات الإنسان عن التماس مع الإنسان، وأن لا يسمح بتلوث البيئة المحلية. في المناطق الحضرية أو المكتظة بالسكان، أو المناطق ذات الجداول المائية العالية، قد لا تكون أنظمة «في الموقع» كافية.

المصدر: WHO/UNICEF Joint Monitoring Program (JMP) for Water Supply and Sanitation. Improved and unimproved water sources and sanitation facilities. 2015

ما هي مراحل إدارة المياه العادمة/ الحمة البرازية؟

يشمل مصطلح «الإدارة» سلسلة من الخطوات الضرورية لضمان أن المُفرَّغات لا تدخل إلى المنطقة خارج المرفق الصحي وتلوثها. ثمة وصف لهذه الطرائق في سلسلة خدمات الإصحاح (الشكل 1.2.2).

قد تتضمن إدارة المياه العادمة والحمة البرازية مساعدة السلطات المحلية المعنية بمياه المجاري والأعمال العامة. تختلف هذه الطرائق استناداً إلى وجود نظام في الموقع (بدون شبكة مجاري) أو خارج الموقع (مع شبكة مجاري).

الإصحاح غير المُحسَّن، فيما يتعلق بإدارة المُفرَّغات، يكون الإصحاح غير مُحسَّن عندما:

□ يوجد رحوض/رحوض متدفق أو تدفق المُفرَّغات إلى مكان آخر غير ما ذُكر في الجدول 1.2.2.

□ تتوضع المُفرَّغات في بيئة المنازل أو مكان العمل أو بقربها (ليس في حفرة أو خزان تحلل أو مياه المجاري)، أو عندما تُرحض المُفرَّغات إلى الشارع، أو فناء/قطعة أرض، أو مياه مجاري مكشوفة، أو خندق، أو طريق لتصريف المياه، أو مكان آخر.

إن تلك الطريقة لإدارة المُفرَّغات غير آمنة، وينبغي تفاديها لحماية صحة الإنسان والصحة البيئية.



□ خزانات التحلل: تتطلب هذه الأنظمة التفرغ/الإزالة الدورية بواسطة صهاريج تفريغ الهواء، ثم المعالجة خارج الموقع نحو إعادة الاستخدام أو التخلص.

مراجع رئيسية: إدارة الحمأة البرازية



عندما تكون إدارة أنظمة «في الموقع» سيئة، فإنه يمكن للحمأة البرازية أن تتراكم وتفيض وتتدفق إلى المصادر المحلية للمياه. إن خدمات تفريغ الحفرة، إن وجدت، في عملية التفريغ غالباً ما لا تكون منتظمة، مما قد يؤدي إلى إغراق الحمأة البرازية على نحو غير قانوني. إن المسؤولين عن أنظمة «في الموقع» بحاجة إلى أن يعرفوا كيفية الإدارة الملائمة للحمأة البرازية بسبب خطر التلوث. لتعزيز تقييم الخطر وإدارة الخطر عندما يتعلق الأمر بالحمأة البرازية، فقد نشرت منظمة الصحة العالمية مرجعين أساسيين لأصحاب المصلحة:

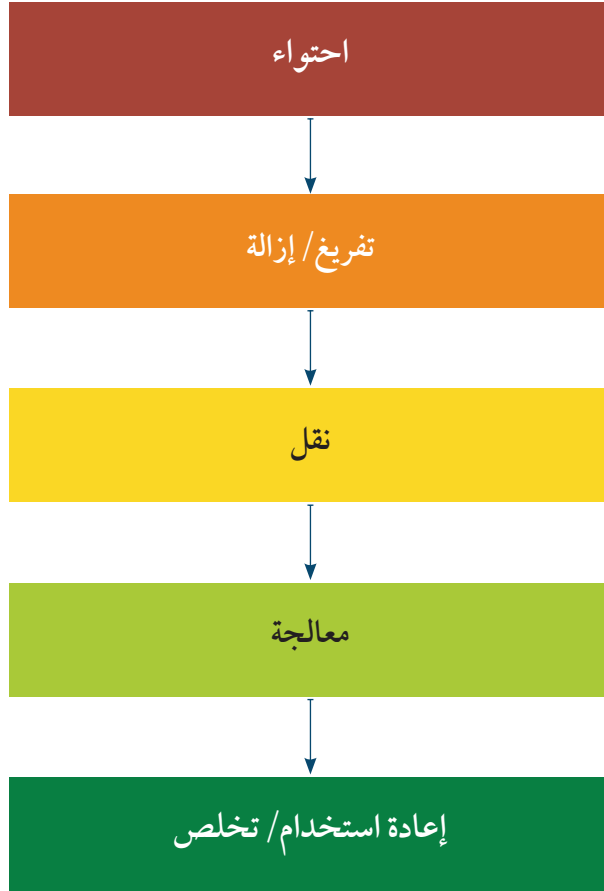
- ▶ [Guidelines for the safe use of wastewater, excreta and greywater](#)
- ▶ [Information kits on using human waste safely.](#)

الأنظمة خارج الموقع (أي، الأنظمة مع شبكات المجاري)

في هذه الأنظمة، تتلقى شبكات مياه المجاري المياه العادمة وتنقلها من المراحيض من خلال نظام أنابيب. إن محطات الضخ ضرورية أحياناً لضمان أن النفايات تصل إلى نقطة المعالجة أو التخلص.

□ **مراحيض الرحض:** إن أنظمة شبكات المجاري الموصولة إلى مراحيض الرحض مُصمَّمة لجمع المياه العادمة ونقلها بعيداً من المنازل إلى نقطة المعالجة و/أو التخلص. يجب أن تكون كافة أنظمة شبكات المجاري موصولة إلى منشأة للمعالجة، لأن مُفرَّغات الإنسان تمثل خطراً صحياً عاماً قبل معالجتها. لذلك، إن شبكات المجاري هي خيار إصحاح مكلف يتطلب تمويلاً من أجل التشغيل والصيانة من قِبَل أقسام مُدرَّبة تستطيع ضمان أن المياه العادمة تُؤخذ بعيداً من مكان العمل وتُعالج ويُعاد استخدامها/يتم التخلص منها بطريقة صحيحة.

الشكل 1.2.2. سلسلة خدمات الإصحاح.



المصدر: Wastewater Management, A UN-Water Analytical Brief, 2015

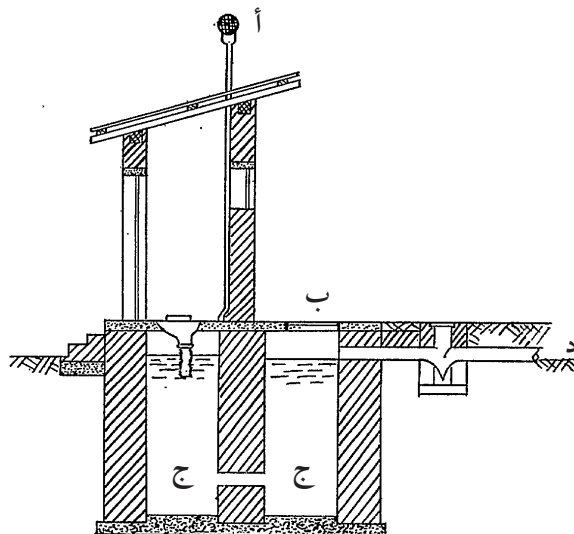
الأنظمة في الموقع (أي، أنظمة بدون شبكة مجاري)

وفق هذه الأنظمة، تتراكم الحمأة البرازية في الموقع في حفرة أو خزان تحلل الذي يتطلب التفريغ الدوري أو إعادة تحديد الموقع. في حالة التفريغ، تؤخذ الحمأة البرازية بعيداً من أجل المعالجة و/أو التخلص منها.

□ **المراحيض:** تُخزَّن المراحيض و/أو تُعالج الحمأة البرازية في نقطة تولدها. تحتاج الحمأة البرازية إلى المعالجة قبل التخلص منها بحيث أن لا تتلوث المصادر المحلية للمياه وأن لا تتعرض المجتمعات للأخطار الصحية من المُفرَّغات غير المُعالجة. في المناطق المكتظة بالسكان، قد تكون المُعالجة خارج الموقع ضرورية التي تشتمل على التفريغ/الإزالة أو النقل بواسطة الأقسام المحلية للأعمال العامة أو مُزوَّدي الخدمات.



الشكل 2.2.2. تصميم نموذجي للمختليات المائية.



أ. غطاء من شبكة من الأسلاك لمنع دخول البعوض
ب. فتحة
ج. غرف الهضم من الجص الأسمنتي
د. أنبوب الفائض

المصدر: Guide to health and hygiene in agricultural work, 1979

الشكل 3.2.2. امرأة تنظف المراحيض.



نقطة للنشر



إن توفير المرافق الصحية وصيانتها واستخدامها على نحو ملائم لا يكفي لحماية صحة العمال. يجب أن يكون هناك أيضاً طرائق مُحسَّنة في مكان العمل لإدارة المياه العادمة والحمأة البرازية. يتضمن ذلك التنسيق النشط مع الأقسام المحلية للأعمال العامة و/أو مُقدمي الخدمات الخاصين.

ما هي الاعتبارات الخاصة بمكان العمل؟

يجب أن تكون أنظمة إدارة المياه العادمة في مكان العمل مناسبة محلياً. إن القرارات بشأن النهج ضمن هذا النظام ينبغي أن تكون خاصة بالسياق، وينبغي أن تستند إلى البيئة المحلية (درجة الحرارة، هطول الأمطار) والثقافة، والموارد (البشرية والمالية والمكانية والمواد).

بغية تحقيق الإصحاح المُحسَّن، يجب على الحكومات اعتماد خدمات الإصحاح ومراقبتها مع الأقسام المحلية للأعمال العامة والجهات المعنية الخاصة. ينبغي لأصحاب العمل أن يضمنوا أن لديهم الأنظمة المُحسَّنة لإدارة المياه العادمة والحمأة البرازية، وينسقوا مع الأقسام المحلية للأعمال العامة والخدمات الخاصة لضمان تقديم الدعم التقني. ينبغي أن يكون العمال مطلعين على الجهود المبذولة في سبيل الإصحاح المُحسَّن وأن يراقبوا بصورة نشطة مكان عملهم من أجل الأخطار الصحية.



الدليل 3.2. إدارة الفضلات الصلبة والتخلص منها

2.2. تتضمن النفايات الأخرى لمكان العمل ما يلي:

الأمراض حيوانية المصدر (أمثلة)

- ◀ الجَمْرَة الخَبِيَّة
- ◀ انفلونزا الطيور
- ◀ داء البروسيلات (الحُمى المالطية)
- ◀ داء خَفِيَّات الأَبْوَاغ Cryptosporidiosis
- ◀ الكَلْب
- ◀ داء الشَّعْرِينات Trichinosis
- ◀ السُّل (التَدْرُن)

المصدر: *Safety and health in agriculture: an ILO code of practice (2010)*, أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد.

النفايات المرتبطة بالحيوانات

- ◻ قد ينطوي إنتاج الحيوانات والطيور على التعرضات لنفايات الحيوانات، كالجيف والروث والمُفْرَغَات السائلة للحيوانات.
- ◻ قد ينطوي العمل مع الحيوانات أيضاً على تعرضات خطيرة للغازات كالأمونيا (النشادر) والميثان.
- ◻ ثمة عامل خطر هام، ألا وهو التعرض للجراثيم التي تنتقل من الحيوانات إلى الإنسان (الأمراض حيوانية المصدر). يمكن لأمراض كثيرة أن تنتقل من الحيوان إلى الإنسان، ويمكن أن تؤدي إلى مشاكل صحية وخيمة أو الوفاة.

الأدوات الحادة والنفايات الطبية

- ◻ إن الأدوات الحادة، كالإبر والزجاج المكسور، هي نوع من المخاطر الذي يمكن أن يسبب الإصابة في حال عدم التخلص منها على نحو ملائم.
- ◻ يمكن للإصابة الناجمة عن الإبر أو الأدوات الحادة أن تسبب رض أنسجة الإنسان، بالإضافة إلى خطر العدوى من الجراثيم والفيروسات التي يمكن أن تنتشر من خلال الدم.

لماذا تحظى إدارة الفضلات الصلبة بالأهمية؟

النفايات هي أساساً القمامة. إنها تشمل كافة المواد التي أصبحت غير ضرورية ولهذا السبب تُلقَى. عندما لا تتم إدارة النفايات الصلبة والتخلص منها على نحو ملائم، فإنها يمكن أن تشكل خطراً على صحة الإنسان؛ على سبيل المثال:

- ◻ **نابشو القمامة:** ينجذب إلى القمامة الذباب والقوارض والكلاب والأفاعي ونابشو القمامة الآخرون، لاسيما في المناخات الحارة. يمكن لبعض نابشي القمامة أن يسبب الإصابات، كالعضات، أو يحمل المرض أو ينشره.
- ◻ **تلوث المياه:** إن النفايات التي لا يتم التخلص منها على نحو ملائم يمكن أن تجرفها الأمطار وتلقيها في الأنهار والجداول المحلية. من الممكن أن يفضي ذلك إلى تلوث المياه الجوفية والآبار؛ ويمكن أن يسبب ذلك الأمراض وتلوث البيئة العامة إذا ما استخدمت تلك المياه من قِبَل الأشخاص والمجتمعات المحلية.
- ◻ **الحرائق والدخان:** تشكل أكوام القمامة خطراً يتجلى باندلاع الحرائق، كما أن الدخان يمكن أن يشكل خطراً صحياً إذا ما احتوت المواد المحترقة على مكونات كالمواد البلاستيكية والمواد الكيميائية.
- ◻ **الأمراض المنقولة بنواقل الأمراض:** يمكن للقمامة التي يتم التخلص منها بإلقائها في أقبية تصريف مياه الأمطار أن تؤدي إلى انسدادها أو تجمُّع مياه الأمطار، حيث يشجع ذلك على تكاثر الذباب والبعوض التي تسبب انتشار الملاريا (البُرْداء) وحمى الدَّنْكَ وحمى الصَّفْرَاء.

ماذا عن مكان العمل؟

تولد أماكن العمل أنواعاً مختلفة كثيرة من النفايات؛ فبعض نفايات أماكن العمل قد يكون خطيراً ويمكن أن يشكل خطراً صحياً على العمال وأصحاب العمل. من الممكن أن يؤدي تراكم النفايات إلى انطلاق الروائح، كما أن منظرها قبيح؛ مما يؤدي إلى انخفاض معنويات العمال، وانخفاض الإنتاجية الإجمالية، ونشوء مشاكل تتعلق بالهَوَام (الآفات) أو الصحة. إن أحد أنواع نفايات مكان العمل هي مياه المجاري من المراحيض التي وُصِفَتْ في الدليل.



النفائات السائلة الخطرة

- تُعرّف أحياناً النفائات السائلة الخطرة بالمتدققات، وتعتبر مشكلة بالنسبة لصحة الإنسان بسبب سهولة انطلاقها في البيئة.
- ينبغي معالجة المياه والسوائل الأخرى الملوثة بمبيدات الآفات وبمبيدات الآفات المهجورة على أنها مواد خطيرة، والتخلص منها وفقاً للقواعد التي تضعها السلطات.

الصك الدولي بشأن السلامة الكيميائية: النظام المُتّسق عالمياً لتصنيف وعنونة المواد الكيميائية (GHS)؛ يوفر الملحق الرابع منه إرشاداً بشأن أوراق بيانات السلامة الكيميائية وتوفير معلومات إلى الجمهور في مكان العمل. ينبغي أن تتضمن هذه الأوراق المعلومات المتعلقة بالجوانب السمية، واعتبارات الإدارة والتخلص، والمعلومات التنظيمية. لمزيد من المعلومات، أنظر: *Globally Harmonized System of Classification and Labelling of Chemicals (GHS), Rev.6 (2015)*.



في حين أن الاهتمام يذهب في غالب الأحيان إلى التعرضات للمواد الخطرة في العمل، لكن أحياناً يتم نسيان ما يحدث لتلك المواد بعض استخدامها. إن الشيء المهم الذي يتعين تذكره هو التقليل إلى أدنى حد ممكن أو القضاء على التماس بين الأشخاص والنفائات إلى أن تُلقى خارج مكان العمل ويتم التخلص منها على نحو ملائم.

عادة ما ينطوي التخلص من نفائات مكان العمل على مساعدة الخدمات المحلية لجمع القمامة، أو أقسام الأعمال العامة، أو مُقدّمي الخدمات. إن الهدف هو إزالة النفائات بأمان من مكان العمل أو المناطق المحيطة والتعامل معها بالطرق المناسبة.

إن التخلص الآمن من النفائات هو مسؤولية الحكومات وأصحاب العمل والعمال. ينبغي للحكومات أن توافق على خدمات التخلص من النفائات وأن تراقبها مع الأقسام المحلية للأعمال العامة. ينبغي لأصحاب العمل اتباع قواعد التخلص من النفائات التي تضعها السلطة المختصة والتنسيق مع الخدمات المحلية للتخلص من النفائات. ينبغي للعمال بدورهم أن يمتثلوا للقواعد التي يضعها أصحاب العمل ويراقبوا مكان عملهم بما يتعلق بالأخطار المرتبطة بالنفائات.

- تحتاج الأدوات الحادة دائماً إلى حاوياتها الخاصة بها التي تحافظ على المخاطر بأمان بعيداً عن التماس مع الإنسان.

الاتفاق الإطاري للاتحاد الأوروبي بشأن الوقاية من إصابات الأدوات الحادة في قطاع المستشفيات والرعاية الصحية (European Union (EU) Framework (2009) Agreement on Prevention from Sharp Injuries in The Hospital And Healthcare Sector (2009): يحدث كل سنة أكثر من مليون إصابة بسبب الإبر والأشياء الحادة الأخرى، مما يشكل واحدة من التهديدات الأكثر شيوعاً للصحة والسلامة في أماكن العمل الأوروبية. في عام 2009، وقّعت منظمات أصحاب العمل والنقابات في قطاع الرعاية الصحية اتفاقاً على نطاق الاتحاد الأوروبي للوقاية من الإصابات الناجمة عن الإبر والأشياء الحادة الأخرى.



مستلزمات الحَيْض

- يجب التخلص من مستلزمات الحَيْض المُستخدمة باللجوء إلى طريقة صحية لتقليل التعرض للسوائل البيولوجية (الحيوية). ينبغي توفير سلال منفصلة (مع غطاء مركب بإحكام) في حجرة المراض. ينبغي أن تحتوي السلال في داخلها على أكياس بلاستيكية أو من مواد أخرى لحماية الآخرين من التماس المباشر مع الأشياء المتسخة.

- يجب أن يكون التخلص منفصلاً عن وحدات التخلص الأخرى بحيث أن تشعر الفتيات والنساء بالارتياح لإدارة احتياجاتهن المتعلقة بالحَيْض في مكان العمل دون خوف أو خجل.

- ينبغي معالجة النفائات المتعلقة بالحَيْض على أنها نفائات بيولوجية (حيوية)/طبية أثناء جمع الفضلات الصلبة والتخلص منها.

الفضلات الصلبة الخطرة

- قد يكون بعض مواد العمل سامة لصحة الإنسان، ويجب التخلص منها بحيث أن لا تلوث مكان العمل ولا البيئة المحلية.
- تتضمن الأمثلة: الطلاءات والمُذيبات (المُجَلَّات) السامة، والحريير الصخري (الأسبستوس) والمواد الملوثة بالحريير الصخري (الأسبستوس)، والمواد المُشعَّة، والمواد المتفجرة.



إن الطرق الصحية للتخلص من النفايات التي تقضي على تماس الإنسان مع المواد الخطرة تحافظ على العمال بحالة آمنة وصحية، وترفع المعنويات، ومن الممكن أن تؤدي إلى زيادة الإنتاجية.



ماذا بشأن النفايات في القطاعات الأخرى؟

لأن أماكن العمل المختلفة تولد أنواعاً مختلفة من النفايات، فإنه ينبغي لأصحاب العمل أن يعرفوا ما هي أنواع النفايات الخطرة في قطاعهم وكيف يتخلصون منها على نحو ملائم.

تذكير



تقدم الصكوك المختلفة لمنظمة العمل الدولية إرشاداً لإدارة النفايات والتخلص منها بحسب القطاع. للحصول على معلومات بشأن قطاعك، أنظر الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب.

نقطة للنشر

الشكل 2.3.2. منشأة لمعالجة المياه العادمة تدعى SILOE التي أنشأتها جمعية (SILA) التي تضم مجالس مختلفة حول بحيرة Annecy



© ILO/Crozet M.

الشكل 1.3.2. جمع المهملات في موقع للبناء في ضاحية في القاهرة.



© ILO/Crozet M.

الشكل 3.3.2. أحواض تجفيف في منشأة Niayes لمعالجة الحمأة في دكار بالسنغال.



© Strande L.

دليل العمل للحكومات: الإصحاح



- ضَع الأهداف والغايات والمؤشرات للتقدم بما يتعلق بالإصحاح المُحَسَّن في العمل.
- مثلاً، إبدأً بحملة هدفها القضاء على ممارسة التبرُّز في العراء في المنشآت الزراعية. قُم برصد مؤشرات التقدم وأدرجها في الحملات الوطنية.
- خَصِّصْ تمويلًا/ميزانيات لإتاحة تعزيز الإصحاح في مكان العمل ولضمان المرافق الملائمة وصيانتها.

دراسة حالة: حكومة الهند تتخذ إجراءات



لدى الهند أكبر عدد من الأشخاص الذين لا يزالون يتبرِّزون في العراء: أكثر من 564 مليون شخص. إن حكومة الهند ملتزمة بإنهاء ممارسة التبرُّز في العراء. لقد وضعت هدفاً يجعل الهند خالية من «التبرُّز في العراء» بحلول عام 2019. إن الحكومة ومكتب صندوق الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF) في الهند شريكان رئيسيان في هذا البرنامج الرائد لبلوغ هذا الهدف. لمزيد من المعلومات بشأن كيف يمكن للحكومات أن تنظم حملات للإصحاح المُحَسَّن، أنظر:

<http://unicef.in/Whatwedo/11/Eliminate-Open-Defecation>

نقطة التَّحَقُّق ح.2.2. ضَع القوانين ومَكْنُهَا من أجل الإصحاح المُحَسَّن في العمل



لماذا؟

ينبغي أن تعتمد الحكومات القوانين من أجل توفير المراحيض والتخلص من المياه العادمة/الحمأة البرازية والفضلات الصلبة. بهذه الطريقة تكون الحكومات قادرة على تعزيز الحد من التعرضات الخطرة وحماية صحة كافة العمال في قطاعات العمل المختلفة.

إن للحكومات دور أساسي في تعزيز توفير مرافق الإصحاح المُحَسَّن في مكان العمل من خلال وضع السياسات والأدوار الإشرافية. يوفر هذا الدليل نقاط تَحَقُّق بشأن كيف يمكن أن تدمج إمكانية توفير مرافق الإصحاح المُحَسَّن في إطارها الحالي المتعلق بالسلامة والصحة المهنيتين، وكيف يمكنها وضع مبادرات جديدة حسب الحاجة.

نقطة التَّحَقُّق ح.1.2. أدمج الاعتبارات من أجل الإصحاح المُحَسَّن في سياسات ونُظْم وبرامج السلامة والصحة المهنيتين



لماذا؟

إن ضمان أن توفير الإصحاح المُحَسَّن في مكان العمل مُدرَج في السياسات والحملات الوطنية سيعزز ثقافة الوقاية المتعلقة بالسلامة والصحة ويقلل من الأخطار المرتبطة بالإصحاح في العمل. إن الحكومات في وضع فريد للإلزام بالإصحاح المُحَسَّن في مكان العمل وتعزيزه أيضاً. تذكُر أن صحة العامل المُحَسَّن تسهم في مجتمعات واقتصادات قوية ومُنتجة.

كيف؟

- عززْ تطوير ثقافة الوقاية المتعلقة بالسلامة والصحة مع السياسات والبرامج والأنظمة والحملات الخاصة بالإصحاح. يمكن أن يتضمن ذلك المبادرات بشأن:
 - القضاء على ممارسة التبرُّز في العراء في مكان العمل.
 - تعزيز مرافق الإصحاح المُحَسَّن في مكان العمل.
 - حقوق العمال المُعرَّضين للخطر من أجل المرافق الصحية. على سبيل المثال، حملات لتعزيز حقوق النساء والفتيات في مكان العمل في إدارة القواعد الصحية للحيض.
 - تعزيز التخلص الآمن من النفايات في مكان العمل لحماية المجتمعات المحلية.



تذكير: التركيز على المجموعات السكانية المُعرَّضة للخطر



عندما تضع الحكومات القوانين بشأن المرافق الصحية، فإنه ينبغي لها إيلاء اهتمام خاص للجوانب المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية في العمل التي تهم المجموعات السكانية المُعرَّضة للخطر. المثال الرئيسي هنا هو لوائح إدارة القواعد الصحية للحيض في العمل. في بعض البلدان، يتم تجاهل حقوق الإنسان الأساسية أو حدوث الحيض لدى الفتيات والنساء في مكان العمل، أو نسيان ذلك، أو لا يُحرَز تقدم بشأن ذلك في الأجندات السياسية. إن ضمان أن السياسات المتعلقة بإدارة القواعد الصحية للحيض في العمل قد وُضعت وتُنفَّذ هو خطوة أساسية باتجاه تمكين الفتيات والنساء في جميع أنحاء العالم.



نقطة التَّحَقُّق ح. 2.3. إِعْتِمَدُ وراقب الخدمات من أجل إدارة المياه العادمة/ الحَمأة البرازية والفضلات الصلبة

لماذا؟

بعد وضع القوانين المتعلقة بالأحكام الصحية، ثمة احتياجات لتكون عملية شفافة التي بها تعتمد السلطة المختصة خدمات الإصحاح المتعلقة بإدارة المياه العادمة/ الحَمأة البرازية والفضلات الصلبة. وبدون الإشراف على إجراءات الأقسام المحلية للأعمال العامة واعتمادها، فإن أماكن عمل كثيرة ستفتقر إلى طرائق الإصحاح المُحَسَّن.

كيف؟

- إَعْقُدْ جلسات تشاور مع الأقسام الإقليمية والمحلية للأعمال العامة، وسلطات شركات المجاري والتخلص من الفضلات، وخدمات الصحة البيئية، بالإضافة إلى مُقدِّمي الخدمات، بغية تقييم الأداء الملائم للخدمات الصحية في أماكن العمل.
- اِضْمِنْ الموارد الكافية من أجل الأداء الملائم لخدمات الإصحاح المُحَسَّن للحد من أخطار تلوث البيئة.

كيف؟

- ينبغي للسلطة المختصة أن تضع الأحكام القانونية بشأن الاحتياجات المتعلقة بالإصحاح في مكان العمل وتُحدِّث تلك الأحكام دورياً. ينبغي أن يتضمن ذلك قوانين بشأن:
 - عدد المرافق الصحية اللازمة في مكان العمل، مع الأخذ بعين الاعتبار أن تكون منفصلة للرجال والنساء، بالإضافة إلى إمكانية الوصول إليها من قِبَل الأشخاص المُعَوِّقين.
 - نوع المرفق الصحي، مع مراعاة العادات المحلية والاعتبارات الدينية.
 - صيانة المرافق الصحية في مكان العمل وتنظيفها، بما في ذلك التدريب وحماية عمال التنظيف/ عمال الصيانة.
 - طرائق إدارة المياه العادمة/ الحَمأة البرازية استناداً إلى المرافق الصحية والظروف المحلية المتاحة.
 - طرائق التخلص من الفضلات الصلبة، مع الأخذ بالحسبان القطاعات ذات الصلة، بما في ذلك، على سبيل المثال لا الحصر:
 - مبيدات الآفات والمواد الكيميائية الزراعية الأخرى
 - نفايات الحيوانات، كالروث والنفايات السائلة
 - الطَّلَآت والمُذْيَبَات (المُجَلَّات) السامة
 - النفايات الطبية ونفايات المخاطر البيولوجية (الحيوية)
 - الحَرِير الصخري (الأسبستوس) والمواد المُلوَّثة بالحَرِير الصخري (الأسبستوس)

مرجع رئيسي



قد يرغب أصحاب المصلحة في الحكومة بالرجوع إلى [WHO's recommendations for Sanitation Safety Planning \(SSP\): a step-by-step risk based approach to assist in the implementation of the 2006 WHO Guidelines for Safe Use of Wastewater, Excreta and Greywater](#). يمكن تطبيق النهج في كافة النُظُم الصحية لضمان أن النظام يُدار لتحقيق الأهداف الصحية.



□ عزز سياسات الوقاية بشأن الأخطار الصحية في تفتيش العمل من خلال:

- توفير المساعدة التقنية للشركاء الاجتماعيين بشأن توفير المراحيض واستخدامها، وبشأن إدارة المياه العادمة/ الحمة البرازية.
- إجراء زيارات التفتيش المُخطَّط لها لأغراض تثقيفية لمناقشة الحاجة إلى الإصحاح المُحسَّن.
- تقييم الخطط مع أصحاب العمل من أجل تصميم المرافق الصحية وتطويرها.
- تعزيز حملات إذكاء الوعي من أجل الإصحاح المُحسَّن.

□ قُمُ بإنفاذ قوانين الإصحاح في العمل باللجوء إلى العقوبات حسب الحاجة لتعزيز حماية العمال من الأخطار المتعلقة بالإصحاح؛ يتضمن ذلك:

- توفير المراحيض المناسبة من حيث العدد والنوع والمعايير.
- صيانة المراحيض.
- إدارة المياه العادمة/ الحمة البرازية.
- إدارة الفضلات الصلبة.

□ وفّر التدريب حسب الحاجة لضمان إدراك أقسام الإصحاح لأخطار الإصحاح السيء والحاجة إلى الإصحاح المُحسَّن.

□ راقب خدمات الإصحاح لضمان إتساق طرائق الإصحاح المُحسَّن.

نقطة التَّحَقُّق ح. 4.2. فَتَشْ عَلَى الْأَحْكَامِ الصَّحِيَّةِ فِي الْعَمَلِ



لماذا؟

إن تفتيش العمل هو مجال رئيسي لنظام إدارة العمل ويمارس دوراً هاماً في مراقبة الأحكام الصحية في مكان العمل. في حال وجود قانون بشأن عدد المراحيض ونوعها اللازمة في قطاع عمل معين، فإن إجراء التفتيش هو السبيل الوحيد للإشراف ومراقبة ما إذا وفر أصحاب العمل المراحيض.

كيف؟

□ وفّر التدريب لإدارات تفتيش العمل بشأن أحكام الإصحاح المُحسَّن وإجراءاته. تأكّد أنك حددت الخصوصيات بحسب القطاع من خلال العودة إلى الجدول المقابل بشأن صكوك منظمة العمل الدولية في «مدخل» هذا الكتاب. يتضمن الإرشاد العملي لمواضيع التدريب ما يلي:

- تعريف الإصحاح المُحسَّن لكل من المراحيض وإدارة المياه العادمة/ الحمة البرازية.
- نوع المراحيض التي ينبغي توفيرها.
- عدد المراحيض التي يتم توفيرها لكل شخص، بما في ذلك مراعاة نوع الجنس وإمكانية الوصول إليها.
- طرائق صيانة المراحيض وتنظيفها.
- طرائق الإدارة المُحسَّنة للمياه العادمة/ الحمة البرازية.
- طرائق إدارة الفضلات الصلبة.
- مجموعات العمال المُعرَّضين للخطر، لاسيما المسائل المتعلقة بإدارة القواعد الصحية للحوض.



الوحدة 2: الإصحاح

قائمة التَّحَقُّق للحكومات



<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل دُمجت الاعتبارات المتعلقة بالإصحاح المُحَسَّن في سياسات ونُظُم وبرامج السلامة والصحة المهنيين (بما في ذلك الاعتبارات المتعلقة بالمراحيض، وإدارة القواعد الصحية للحيض، وإدارة المياه العادمة/ الحَمأة البرازية، وإدارة الفضلات الصلبة؟)</p>	ح.2.1
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تم وضع القوانين وتمكينها من أجل أحكام الإصحاح المُحَسَّن (بما في ذلك القوانين بشأن المراحيض، وإدارة القواعد الصحية للحيض، وإدارة المياه العادمة/ الحَمأة البرازية، وإدارة الفضلات الصلبة؟)</p>	ح.2.2
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل أَعْتُمِدت خدمات الإصحاح بشأن إدارة المياه العادمة/ الحَمأة البرازية وإدارة الفضلات الصلبة؟ هل يوجد نظام قائم لمراقبة خدمات الإصحاح المتعلقة بالمياه العادمة/ الحَمأة البرازية والفضلات الصلبة؟</p>	ح.3.2
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل هناك نظام قائم لتدريب إدارات تفتيش العمل بشأن الأخطار المرتبطة بالإصحاح، وضمان أن زيارات التفتيش تُجرى منهجياً.</p>	ح.4.2
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	



دليل العمل لأصحاب العمل: الإصحاح

تذكير: أهمية التخطيط

إن الزمن الذي يُستهلك للتصميم والتخطيط سيجعل موقع العمل أكثر أماناً ويحافظ على المال في وقت لاحق. أن تكون آمناً منذ البداية أفضل من أن تأسف في وقت لاحق؛ إنها قاعدة أساسية لإدارة الخطر في كافة القطاعات.

مبادئ توجيهية عملية من أجل المرافق الصحية

تحدد القوانين في بلدك نوع وعدد ومعايير المرافق الصحية التي ينبغي أن تتوفر (بما في ذلك نسبة المراحيض الذي يمكن الوصول إليه إلى المراحيض المعياري). ينبغي أن يتشاور أصحاب العمل مع السلطة المختصة كي يتفهموا القواعد. فيما يلي بعض المبادئ التوجيهية العملية:

◀ وفر نوعاً مناسباً. حيثما يكون ذلك ممكناً، ينبغي توفير المراحيض مع أنظمة الرحض والمخابيس لفصل المُفَرَّغَات عن التماس مع الإنسان. ينبغي توفير مَبَاوِل كافية للعمال الذكور. بالنسبة للمراحيض خارج المباني (الثَّقَالَة)، ينبغي أن تكون أرضيتها صلبة كتيمة وأن تكون مزوّدة بسقف ملائم. تذكّر أنه ينبغي مراعاة المعايير الثقافية والاجتماعية بحيث أن يشعر العمال بالراحة أثناء استخدامها، وأن يستخدموها على نحو ملائم.

تذكير

نظام الرحض. يتخلص من المُفَرَّغَات عبر استخدام المياه لرحضها من خلال أنبوب تصريف إلى مكان آخر من أجل التخلص، وبالتالي يحافظ على الفصل بين الإنسان و المُفَرَّغَات. المُحْبَس هو انحناء بشكل حرف «S» أو «U» أو «J» أو «P» يجعل المياه في المراحيض تنساب لتُجْمَع، ويفعل عمل أداة سادة ضد الغازات، وبالتالي يقوم باحتباسها.

في حين أن الحكومات مسؤولة عن وضع القوانين المتعلقة بالإصحاح في مكان العمل والإشراف عليها، فإن التطبيق الفعّال لهذه القوانين هو من مسؤولية أصحاب العمل إلى حد كبير. من الواجب الواضح لأصحاب العمل توفير المراحيض وصيانتها واتخاذ الترتيبات من أجل الإدارة الآمنة للمياه العادمة/ الحَمأة البرازية والفضلات الصلبة. يقدم هذا الدليل نقاط تحقّق بشأن كيفية تنظيم العمل بغية الوقاية من ، بقدر ما هو عملي على نحو معقول، الأحداث المرتبطة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، وكيفية تطبيق المبادئ التوجيهية ذات الصلة كما حددها السلطة المختصة.

نقطة التَحَقُّق أ. 1.2 وَفِر المرافق الصحية المُحَسَّنة وفقاً للقوانين الوطنية



لماذا؟

إن المراحيض المُحَسَّنة أساسية لإيجاد بيئة عمل آمنة ومريحة لكافة العمال، كما يمكنها تحسين صحة العمال ورعايتهم. عندما يدرك العمال أن مكان عملهم يحتوي على المراحيض الآمنة التي تحدد من خطر الأمراض، فإن معنوياتهم سترتفع. يحد من خطر أمراض العمال وحدوث الوفاة توفير المراحيض الآمنة، مما يعزز إنتاجية العامل.

كيف؟

- عُدْ إلى القوانين الوطنية المتعلقة بالمرافق الصحية في مكان العمل؛ فقد تختلف من بلد لآخر. يتضمن القسم الوارد أدناه المبادئ التوجيهية العملية.
- صُغْ خطة وتصميماً للمرافق الصحية في وقت مبكر إن أمكن.
- استعرض الخطط مع السلطة المختصة المحلية قبل الشئيد لضمان أن الخطة تفي بالقوانين في بلدك.
- عُدْ إلى توصيات منظمة العمل الدولية بشأن الأحكام المتعلقة بالمراحيض لقطاعك في «مدخل» هذا الكتاب.



الإرشاد الصادر عن منظمة العمل الدولية للصناعات البحرية: «يُتاح في مكان ملائم على جميع السفن على الأقل مرحاض واحد لكل ستة أشخاص أو أقل لا متاح لهم مرافق شخصية».



المصدر: اتفاقية العمل البحري؛ 2006، الباب الثالث.

وَفَرَّ عِدداً كافيًا من المراحيض المنفصلة للرجال والنساء. ينبغي أن يكون عدد مرافق المراحيض كافياً استناداً إلى مكان العمل وعدد العمال. ينبغي أن تكون المراحيض منفصلة للرجال والنساء وأن توضع شارات واضحة على أبوابها تشير إلى ذلك. إن جعل العمال ينتظرون لاستخدام المراحيض قد يؤدي إلى الإحباط واضطرابات صحية وانخفاض الإنتاجية. تُذكر أن عدد المراحيض قد يتعلق بقطاع عملك (أنظر الجدول المقابل بشأن صكوك منظمة العمل الدولية في «مدخل» هذا الكتاب).

الجدول 1.3.2. أمثلة للإرشاد بشأن عدد المراحيض بحسب الحكومات الوطنية.

المبدأ التوجيهي	الحكومة الوطنية والمصدر
<p>بالنسبة للمهاجع المستقلة، على سبيل المثال، موقع بناء مع أماكن للإقامة:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◀ الرجال: مرحاض واحد، ومبولة واحدة، وغرفة استحمام واحدة مع مقعد لكل 15 عاملاً من العمال الذكور ◀ النساء: مرحاضان، وغرفة استحمام واحدة مع مقعد لكل 15 من العاملات 	<p>وكالة البيئة الوطنية (NEA)، سنغافورة</p>
<p>العدد الأدنى من دورات المياه (أي مرافق المراحيض) للعمال للاستخدام المختلط:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◀ مرحاض واحد لكل 1-15 عاملاً ◀ مرحاضان لكل 16-35 عاملاً ◀ 3 مراحيض لكل 36-55 عاملاً ◀ 4 مراحيض لكل 56-80 عاملاً ◀ 5 مراحيض لكل 81-110 عمال 	<p>إدارة السلامة والصحة المهنية، OSHA، في الولايات المتحدة الأمريكية</p>
<p>العدد الأدنى للمراحيض للاستخدام المختلط (أو للنساء فقط):</p> <ul style="list-style-type: none"> ◀ مرحاض واحد لكل 1-5 عمال ◀ مرحاض لكل 6-25 عاملاً ◀ 3 مراحيض لكل 26-50 عاملاً ◀ 4 مراحيض لكل 51-75 عاملاً ◀ 5 مراحيض لكل 76-100 عاملاً 	<p>المجلس التنفيذي للصحة والسلامة (HSE)، المملكة المتحدة</p>

ولذلك يجب أن تأخذ بالحسبان الإعاقة. ينبغي أن توفر السلطة المختصة إرشاداً بما يتعلق بالمراحيض التي يمكن الوصول إليها بشأن نسبة المراحيض المعيارية، وينبغي التقيد بذلك.

◀ **إضمن الموقع الملائم.** ينبغي أن تكون المرافق الصحية في مكان يمكن الوصول إليه من قِبَل كافة العمال، في كافة الأوقات، وفي كل مكان عمل.

◀ **إضمن الخصوصية.** ينبغي أن توفر المراحيض الخصوصية المناسبة، وينبغي أن تُبنى لشاغل واحد، وينبغي أن تُجهَّز بقفل من الداخل. إن الخصوصية هي مسألة هامة في بعض القطاعات حيث تزداد مشاركة النساء، وهي ضرورية من أجل الإدارة الملائمة للقواعد الصحية للحيض.

◀ **إضمن إمكانية الوصول.** يجب أن تكون المرافق الصحية قابلة للوصول إليها من قِبَل كافة فئات العمال،



◀ **وفّر الوقت الكافي والانتظام من أجل استخدام المرافق الصحية.** إن توفير المرافق الصحية التي يمكن الوصول إليها بسهولة غير كافٍ للحفاظ على سعادة العمال وصحتهم؛ يجب أيضاً منحهم الوقت المناسب لاستخدامها على نحو مريح؛ وأن لا يشعروا بالانضغاط بسبب فقدان وقت العمل أثناء استخدام المراحيض. ينبغي أن يدرك أصحاب العمل أن مشكلة سلس البول (أو فقدان التحكم بالثمالة) تؤثر على العديد من العمال، وأن الفواصل المنتظمة أثناء العمل لاستخدام المراحيض ضرورية لتعزيز الصحة والرفاه والمعنويات في العمل.

تذكير: النساء الحوامل

قد تشعر العاملات الحوامل بالحاجة الملحة لاستخدام المراحيض بتكرار أكبر من العاملين الآخرين؛ وينبغي لأصحاب العمل أن يدركوا ذلك وأن يمنحوا العاملات الحوامل فواصل متكررة أثناء العمل لاستخدام المراحيض حسب الحاجة. إن عدم استخدام المراحيض حسب الحاجة قد يسبب آثاراً صحية. كإضطرابات الكلية.

◀ وفّر تصاميم مناسبة من أجل إدارة القواعد الصحية للحيض

◀ **وفّر مرافق المراحيض المنفصلة** التي يمكن الوصول إليها من قِبَل كافة النساء، وخذ بالحسبان العاملات المُعَوَّقات.

◀ **إضمن أن موقع المراحيض آمن** وأن المراحيض تراعي الخصوصية، بما في ذلك وجود قفل في القسم الداخلي لباب المراحيض.

◀ **إضمن الإضاءة الكافية** في المراحيض لتغيير مستلزمات الحَيْض.

◀ **وفّر حاويات منفصلة للتخلص** من مستلزمات الحَيْض المُستخدمة. يمكن أن تكون سلة النفايات ذات طبقة من الداخل مع غطاء، وأن توضع في حجرة المراحيض. في حالة وجود سلال للنفايات، فإن هناك حاجة لوجود نظام لتفريغ سلال النفايات وضمان التخلص من تلك المستلزمات جنباً إلى جنب مع الفضلات الصلبة الأخرى.

◀ **وفّر المياه أو حوض غسل (مغسلة)** ضمن حجرة المراحيض لغسل مستلزمات الحَيْض مع مراعاة الخصوصية.

إن اضطرار العمال للمسير مسافات طويلة للذهاب إلى المراحيض غير فعّال وقد يؤدي إلى ممارسات غير صحية كالْتَبَرُّز في العراء. لكن تذكّر: لا ينبغي أن تكون المراحيض مباشرة بجوار أماكن العمل أو غرف الراحة أو المقاصف، لكن ينبغي أن تكون منفصلة بحيز مفتوح. تذكّر أن مكان المراحيض قد يكون خاصاً بقطاع العمل (أنظر الجدول المقابل بشأن صكوك منظمة العمل الدولية في «مدخل» هذا الكتاب).

إرشاد بشأن المناجم

لا تَنْسَ أن العاملين تحت سطح الأرض بحاجة أيضاً إلى استخدام المراحيض! «ينبغي أن يوفر صاحب العمل المراحيض المناسبة فوق سطح الأرض وتحت».

المصدر: *Safety and health in underground coalmines: an ILO code of practice. Geneva: ILO, 2006. Para 29.3*

◀ **إضمن التهوية.** ينبغي تهوية المرافق الصحية سواء أكانت التهوية طبيعية أو اصطناعية للحد من الروائح. سوف لن يرغب العمال باستخدام المراحيض إذا ما كانت سيئة الروائح.

◀ **إضمن الإضاءة.** ينبغي توفير الإضاءة الطبيعية و/أو الاصطناعية من أجل الراحة والسلامة.

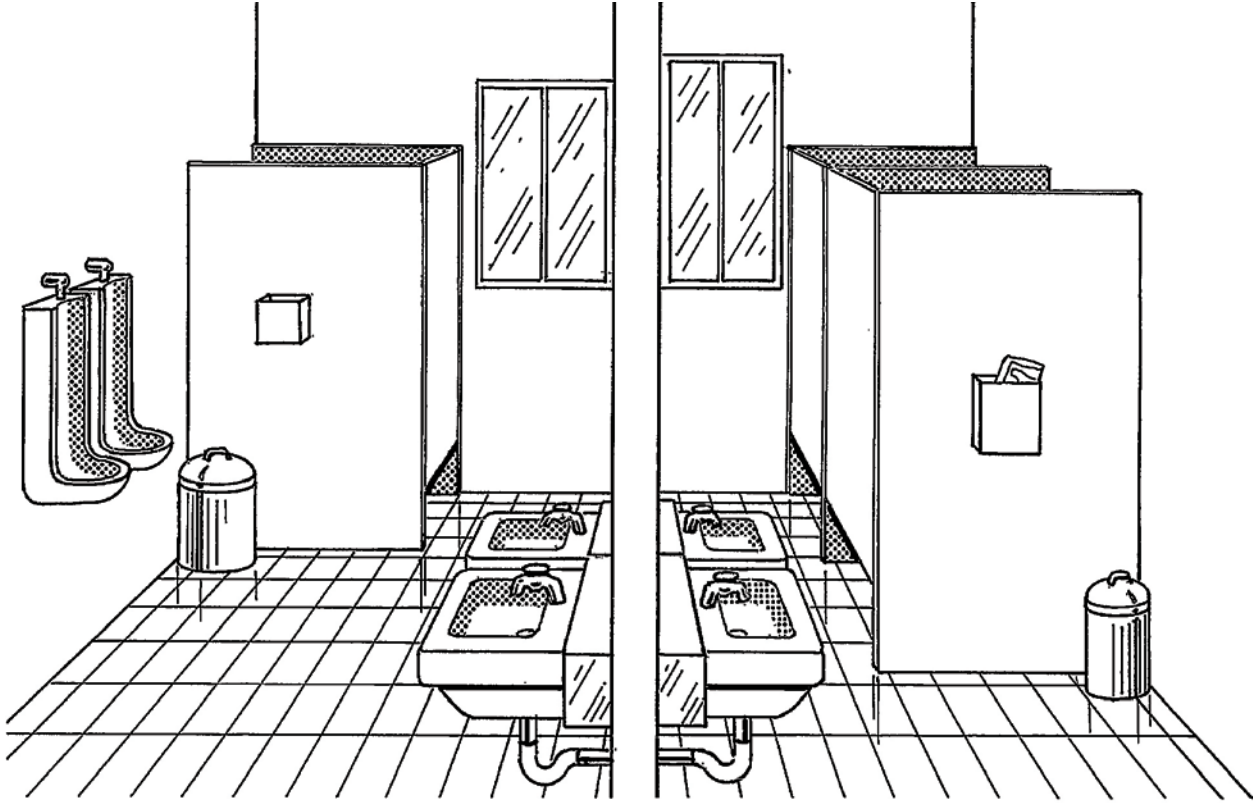
◀ **وفّر وسائل صحية للنظافة الشخصية.** ينبغي توفير ورق المراحيض أو أي وسيلة صحية أخرى للتنظيف. على سبيل المثال: بخاخ يديه (bidet) يُمسك باليد، عندما يكون ذلك مناسباً.

تذكير: التكيّف مع الثقافة المحلية

ينبغي أن يكون أصحاب العمل مُطَّلَعين على المعايير الثقافية للعمال أثناء تصميم المرافق الصحية وتوفيرها؛ وإلا قد يشعر العمال بالإهانة أو التمييز ضدهم، وقد لا يستخدمون المراحيض على نحو ملائم.



الشكل 4.3.2. مراحيض مع أحواض غسل (مغاسيل) للعمال وللعاملات.



المصدر: ILO, Improving working conditions and productivity in the garment industry, an action manual

◀ إتخذ إجراءً مباشراً في حال وجود مشكلة بالنظافة في المرافق الصحية. قد يؤدي تجاهل المشكلة إلى إصابة العمال بالمرض أو إلى تلوث البيئة.

مرجع رئيسي



من الأهمية بمكان التذكر أن بعض البلدان فقط، وليس جميعها، وضع لوائح بشأن المرافق الصحية في مكان العمل. يمكن للنقاط الواردة أعلاه أن توفر الخطوات الأولى. بالإضافة إلى ذلك، وضع مجلس الأعمال العالمي للتنمية المُستدامة (WBCSD) المرجع التالي [WASH at the Workplace Pledge](#) والتوجيهات المرافقة بعنوان [Self-Assessment tool and Guiding Principles](#) وضممت هذه الأدوات لمساعدة أصحاب العمل في ضمان المياه والإصحاح والقواعد الصحية الآمنة في مكان العمل، كما يمكن أن تُدمج في عمليات الشركة.

◀ لبناء المراحيض، استخدم المواد التي لا تترك بقعاً (أي، لا تستخدم الخرسانة الخام)، وإلا فإن الخوف من حدوث البقع سيجعل الفتيات والنساء الحائضات يُحجمن عن استخدامها.

◀ حافظ على نظافة المرافق الصحية. إذا لم تُنظف المرافق الصحية بفترات منتظمة، فإن العمال لن يتشجعوا على استخدامها. إن المراحيض القذرة التي لا تفصل على نحو ملائم مُفرغات الإنسان عن التماس مع الإنسان قد تسبب المرض، وقد تلوث البيئة المحلية. تتضمن الأفكار العملية للمحافظة على النظافة ما يلي:

◀ ضع جدولاً زمنياً للتنظيف وثبته بوضوح في المرافق الصحية لضمان المحافظة على النظافة ولكي يظل العمال على علم بالجدول الزمني للتنظيف.

◀ قُم بإجراء تَحَقُّقات منتظمة على المرافق الصحية لضمان النظافة.



تذكير: انتقال مرض فيروس إيبولا



مرض فيروس إيبولا هو مرض وخيم يصيب الإنسان وينتشر من خلال التماس مع الدم أو السوائل التي تحتوي على الفيروس، بما في ذلك مُفَرَّغَات الإنسان، ويمكن للتماس مع مياه المجاري غير المُعالَجة أن ينشر المرض. ينبغي لأصحاب العمل التشاور مع السلطات الصحية في حال وجود خطر هذا المرض في مكان العمل.

لمزيد من المعلومات أنظر: [Joint WHO/ILO briefing note for workers and employers on Ebola Virus Disease](#)

نقطة التَّحَقُّقُ أ. 2.2. إضمن الطرائق الصحية المُحَسَّنة لإدارة المياه العادِمة/ الحَمأة البرازية



لماذا؟

إذا لم يتم التخلص من مُفَرَّغَات الإنسان على نحو صحيح، فإنها يمكن أن تلوث أماكن العمل والبيئة المحلية وتفضي إلى المرض. لا يكفي توفير المراحيض للعمال فحسب - إن طرائق الإصحاح المُحَسَّنة ضرورية لإدارة مُفَرَّغَات الإنسان والتخلص منها على الوجه الصحيح. سيساعد ذلك في حماية صحة الأشخاص في موقع العمل، وفي المجتمعات المحلية أيضاً.

كيف؟

- صمّم خطة للإدارة المُحَسَّنة للمياه العادِمة/ الحَمأة البرازية استناداً إلى احتياجات العمال ومكان العمل.
- استعرض الخطط مع السلطة المختصة المحلية قبل البناء لضمان أن الخطة تفي بالقوانين في بلدك.
- طوّر التواصل الشفاف مع المرافق العامة، كالسلطات ذات الصلة المعنية بمياه المجاري، لتخطيط عملية الإدارة، وحافظ على هذا التواصل.
- قُم بإجراء تقييم للخطر لمكان العمل لإدراك وتحديد الأخطار الصحية المتعلقة بالمياه العادِمة/ الحَمأة البرازية.

لماذا؟

يمكن لأماكن العمل أن تولد كميات كبيرة من النفايات. في بعض الحالات، قد تكون النفايات خطيرة على صحة العمال؛ فبإمكانها جذب نابشي القمامة الذين ينشرون المرض، أو توفير بيئة لتكاثر الحشرات التي تنشر المرض. يمكن للنفايات أيضاً أن تصبح سريعاً كريهة الرائحة وقبيحة المنظر، مما يؤدي إلى انخفاض معنويات العمال.

كيف؟

- صمّم خطة للتخلص من النفايات استناداً إلى احتياجات العمال ومكان العمل، بالإضافة إلى البيئة المحيطة.
- طوّر التواصل الشفاف مع سلطات جمع النفايات للتخطيط للتخلص المنتظم من النفايات، وحافظ على هذا التواصل.
- قُم بإجراء تقييم للخطر لمكان العمل لإدراك وتحديد الأخطار الصحية المرتبطة بالنفايات.
- تخلص من النفايات بطريقة لا تشكل خطراً على صحة العمال أو تهدد بتلوث البيئة، بما في ذلك مصادر المياه.
- قُم بإجراء تَحَقُّقَات منتظمة لنظام إدارة المياه العادِمة/ الحَمأة البرازية لضمان الصيانة الملائمة. تشاور مع السلطات المحلية للمرافق العامة لتقديم العون التقني حسب الحاجة.



أهمية التدريب المتعلق بمكان العمل



إن العمال الذين تم إبلاغهم جيداً بشأن الممارسات الجيدة بمكان العمل المرتبطة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية هم أقل رجحاناً لوقوع الأحداث المرتبطة بالصحة، وأقل رجحاناً للغياب عن العمل بسبب الأمراض المرتبطة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية، وأن يكونوا أكثر إنتاجية عموماً مع معنويات أفضل. ينبغي اتباع المبادئ التوجيهية العامة التالية أثناء تدريب العمال:

- ◀ وفّر برامج تدريبية عالية الجودة لكافة الموظفين بدون أي تكلفة عليهم.
- ◀ اضمن البرامج التدريبية ذات صلة بقطاع معين ومهام الوظيفة ومكان العمل.
- ◀ نظم الدورات التدريبية في أماكن العمل وأثناء الأوقات المناسبة للعمال لضمان المشاركة. ينبغي الاتفاق على التوقيت والترتيبات الأخرى بين صاحب العمل وممثلي العمال، مع الأخذ بالحسبان مسؤولية العناية بالأطفال والمسؤوليات العائلية.
- ◀ وفّر البرامج التدريبية باللغات التي يتكلمها العمال. اضمن أنها يمكن أن تُفهم بسهولة وتأخذ بالحسبان الحساسيات الثقافية.
- ◀ فمّ بإجراء «جولات» منتظمة في مكان العمال مع العمال لتذكيرهم بالممارسات الجيدة المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية.
- ◀ التمس الإرشاد من السلطة المختصة بشأن التدريب المتعلق بمكان العمل حسب الحاجة.
- ◀ أدخل وحافظ على ثقافة الوقاية في مكان العمل التي تكافئ العمال على الممارسات الآمنة المتعلقة بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية لتفادي الأحداث المرتبطة بالصحة.

□ صُغ نظاماً للطريقة الآمنة والمناسبة ثقافياً وبيئياً للتخلص من مستلزمات الحِصص، كوحدة للتخلص المناسب، أو محرقة.

□ فمّ بإجراء تَحَقُّقات منتظمة لنظام التخلص من النفايات لضمان الصيانة الملائمة. تشاور مع السلطات المحلية للمرافق العامة لتقديم العون التقني حسب الحاجة.

□ عُد إلى توصيات منظمة العمل الدولية بشأن التخلص من النفايات في قطاعك في الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب.

نقطة التَّحَقُّق أ. 2. 4. أدمج المعلومات بشأن الإصحاح المُحَسَّن في البرامج التدريبية لمكان العمل



لماذا؟

إن العمال الذين تم إبلاغهم بكيفية الاستخدام الملائم للمرافق الصحية والعناية بها، وكيفية التخلص الآمن من نفايات مكان العمل، فإنه من المرجح أكثر أن ينخفض خطر المرض لديهم، وأن يسهموا بحماية البيئة من حولهم.

كيف؟

- أدرج المعلومات بشأن الإصحاح المُحَسَّن في البرامج التدريبية لمكان العمل؛ بالنسبة لكافة القطاعات، ينبغي أن تتضمن مواضيع حول:
 - الأخطار الصحية للتماس مع مُفْرَغات الإنسان
 - الأخطار الصحية الناجمة عن التَّبَرُّز في العراء
 - مكان المراحيض وطرائق صيانتها
 - الأخطار الصحية للتماس مع نفايات مكان العمل
 - الطرائق الملائمة للتخلص من النفايات بحسب مكان العمل
 - تدريب عمال النظافة، بشأن طرائق التنظيف الملائمة
- وفّر تعليمات خاصة للتخلص من النفايات استناداً إلى قطاع مكان العمل. عُد إلى الجدول المقابل بشأن صكوك منظمة العمل الدولية في الوحدة 1 من أجل التعليمات الخاصة.



تذكير: تعاريف



الحدوث الخطير: حدث يمكن تحديده بسهولة كما هو مُحدّد بموجب القوانين واللوائح الوطنية، مع احتمال أن يسبب إصابة أو مرضاً لشخص في العمل أو للجمهور.

الحدوث: حدث غير آمن ناشئ عن العمل أو أثناءه حيث لا تحدث إصابة شخصية، أو حيث الإصابة الشخصية تتطلب الإسعافات الأولية فقط.

المرض المهني: مرض يحدث كنتيجة للتعرض للمخاطر الناشئة عن نشاط العمل.

الحدث المهني: حدث ناشئ عن العمل أو أثناءه ويؤدي إلى: (أ) إصابة مهنية مميتة أو (ب) إصابة مهنية غير مميتة.

مزيد من المعلومات، أنظر: ILO code of practice for Recording and notification of occupational accidents and disease (1995)

نقطة التَّحَقُّق 5.2.أ. سَجَلِ الحَدُوثِ والأحداث والأمراض والحوادث المتعلقة بالإصحاح، وأبلغ عنها



لماذا؟

لأن أصحاب العمل يشرفون على المنشأة وهم مسؤولون عن صحة العمال، فإن من واجبهم تطوير طرائق تسجيل الأحداث المرتبطة بالإصحاح التي تؤثر على صحة عمالهم. توفر سجلات الحوادث بيانات هامة للسلطات المحلية من أجل جهود الوقاية في المستقبل.

كيف؟

- ضَعْ نظاماً لتسجيل الحوادث والأحداث والأمراض والحوادث المتعلقة بالإصحاح. إذا ما كان لديك نظام قائم للأحداث في مكان العمل، تأكد من إدراج القضايا المتعلقة بالإصحاح. يمكن أن تتضمن الأمثلة للأحداث المتعلقة بالإصحاح ما يلي:
 - ممارسات التبرُّز في العراء
 - فيضان المراحيض
 - فيضان المُفْرَغات السائلة للحيوانات أو حاويات النفايات
 - انسكاب المواد الخطرة على الأرض أو في مصادر المياه (مثلاً، انطلاق مبيدات الآفات إلى الممرات المائية).
 - فاشية أمراض مرتبطة بالإصحاح
 - إصابات بسبب سوء بناء أو إدارة مرافق المراحيض، كالانزلاق والسقوط
 - جروح ناجمة عن التماس مع الأشياء الحادة أثناء التخلص منها
- طَوِّرْ نظاماً شفافاً للإبلاغ عن الأحداث إلى السلطات المحلية.



الوحدة 2: الإصحاح

قائمة التَّحَقُّق لأصحاب العمل



<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تتوفر المرافق الصحية المُحَسَّنة التي تُلبي اشتراطات القوانين الوطنية؟</p>	<p>أ.2.1</p>
<input type="checkbox"/> أولوية	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل الطرائق الصحية المُحَسَّنة لإدارة المياه العادمة/ الحمأة البرازية قائمة؟</p>	<p>أ.2.2</p>
<input type="checkbox"/> أولوية	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل يتم التخلص من نفايات مكان العمل وفقاً للقوانين والمبادئ التوجيهية المحددة؟</p>	<p>أ.2.3</p>
<input type="checkbox"/> أولوية	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تم إدراج المعلومات بشأن الأخطار المتعلقة بالإصحاح وطرائق الإصحاح المُحَسَّنة في البرامج التدريبية لمكان العمل؟</p>	<p>أ.2.4</p>
<input type="checkbox"/> أولوية	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل هناك نظام قائم موثوق به وشفاف لتسجيل الحوادث والأحداث والأمراض والحوادث الخاصة بالإصحاح، والإبلاغ عنها؟</p>	<p>أ.2.5</p>
<input type="checkbox"/> أولوية	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	



دليل العمل للعمال: الإصحاح

- تَوَقَّفْ عن التَّبَرُّز في العراء. شجِّع زملاء العمل على متابعة زمام المبادرة.
- اِسْتخدِم المرافق الصحية عندما تحتاج إليها. لا تَقْمُ باحتباس البول عندما تشعر بالحاجة إلى الذهاب إلى المراحيض.
- اِغْسِلْ يديك بالصابون بعد التَّبَرُّز، وبعد إدارة النفايات، وبعد تناول الطعام.
- لا تَقْلَلْ مطلقاً من تناول السوائل أثناء العمل بسبب عدم توفّر المراحيض. ناقش المشكلة مع المشرف إذا كانت تلك هي الحالة.
- اِسْتخدِم المَبَاوِل والمراحيض للغرض الذي صُمِّمت من أجله. لا تستخدم المراحيض الصحية لأي أغراض أخرى. تذكّر أنه ينبغي أن تكون المراحيض الصحية و«غرف الراحة» في مناطق منفصلة.
- حافظ على المراحيض الصحية في الحالة التي وجدتها عليها بغية الحفاظ على حالة النظافة.
- تَخَلَّص من مستلزمات الحَيْض في حاويات مناسبة.

يمارس العمال وممثلو العمال ومنظمات العمال دوراً هاماً في تعزيز الإصحاح المُحَسَّن في مكان العمل. عندما يشارك العمال في مناقشات مكان العمل وإجراءاته المتعلقة بالإصحاح، فإنه من المرجح بمقدار أكبر أن يحددوا المشاكل، ويساعدوا في إيجاد الحلول العملية، ويمثلوا للنتائج النهائية. لقد صُمِّم هذا الدليل لتعزيز دور العمال ومثلي العمال ومنظمات العمال في الوقاية من المرض المرتبط بالإصحاح وتعزيز المعنويات والرعاية والإنتاجية في مكان العمل.

نقطة التَّحَقُّق ع. 1.2.1. اِسْتخدِم المرافق الصحية على نحو ملائم وامتثل لقواعد مكان العمل بشأن صيانتها



لماذا؟

إن استخدام المراحيض على نحو مناسب، والحفاظ على المراحيض نظيفة، سوف لن يساعد في حماية صحتك فحسب، لكن صحة زملائك أيضاً. من واجبك كعامل الامتثال للوائح مكان العمل المتعلقة بالمراحيض واستخدامها.

تذكير: أخطار عدم الذهاب إلى المراحيض



إن احتباس كميات كبيرة من البول لفترة طويلة من الزمن يمكن أن يزيد من فرص حدوث التهاب في المسالك البولية أو المثانة. إن العمال في القطاعات التي لا يتمكن العاملون فيها من الوصول مباشرة إلى المراحيض، كقطاع النقل البري، ينبغي أن يكونوا مدركين على وجه الخصوص أهمية استخدام المراحيض عند الحاجة، أو أن يجعلوا أصحاب عملهم مدركين تلك الأهمية.

كيف؟

- اِسْتَعْمِلْ مطلقاً على القواعد الخاصة بالإصحاح في مكان العمل التي يضعها صاحب العمل، واتبِعْ تلك القواعد.
- شارك في الدورات التدريبية والندوات التي يقيمها صاحب عملك أو منظمك العمالية.
- سأل مشرفك بشأن المعلومات إذا ما شعرت بالغموض بشأن قواعد مكان العمل.
- شجِّع العاملين الشباب والجدد وإدعهم لتطوير عادات الإصحاح والقواعد الصحية الآمنة.
- أبلغ العمال الآخرين وإجعلهم مُلمِّين، لاسيما الذين قد يكونون أكثر تعرضاً للأخطار المرتبطة بالإصحاح، كالعاملين المُعَوِّقين.



الشكل 2.3.5. إرشاد للعمال بشأن كيفية استخدام المراحيض على نحو ملائم.



كيف؟

- إبقَ مطلعاً على القواعد الخاصة بمكان العمل التي يضعها صاحب عملك بشأن التخلص من النفايات، واتبع تلك القواعد.
- شارك في الدورات التدريبية والندوات التي يقيمها صاحب عملك أو منظمك العمالية.
- سلّ مشرفك بشأن المعلومات إذا ما شعرت بالغموض بشأن قواعد التخلص من نفايات مكان العمل.
- لا تُلقِ السوائل الخطرة، كميّبات الآفات، في أحواض الغسل (المغاسيل) أو المراحيض أو فتحات تصريف المياه.
- عُدْ إلى دليل التخلص من النفايات وفقاً لقطاع العمل في «مدخل» هذا الكتاب.

نقطة التَحَقُّق 2.2.2. إمتثل لقواعد مكان العمل بشأن التخلص من النفايات



لماذا؟

إن العمال مسؤولون عن الامتثال لقواعد التخلص من النفايات في مكان العمل. قد تكون النفايات المتعلقة بمهام العمل خطيرة على صحة الإنسان والبيئة. يمكن للعمال حماية أنفسهم وزملائهم في العمل والمجتمعات المحلية عبر اتخاذ الخطوات اللازمة للتحكم بالأخطار المرتبطة بالإصحاح الناشئة عن النفايات الخطيرة.



واجبات العامل: التعاون



يقع على عاتق العمال مسؤولية الحفاظ على أنفسهم بحالة آمنة في مكان العمل. يتضمن ذلك الالتزام بقواعد الصحة والسلامة في مكان العمل. تفرض البلدان أحياناً عقوبات في حالة عدم امتثال العمال لقواعد السلامة؛ ففي سنغافورة، قد يفرض ذلك إلى غرامات مالية. في إسبانيا، يعتبر إخفاق العامل في الامتثال لقواعد السلامة في مكان العمل كسوء سلوك قد يفرض على تدابير تأديبية من قبل صاحب العمل. في المغرب، قد يفرض عدم الامتثال إلى الفصل المباشر من العمل بدون تعويضات.

المصدر: اتفاقية السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 155)، المادة 19 (أ).
الاستقصاء العام المتعلق باتفاقية السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 155)، وتوصية السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 164)، والبروتوكول الصادر عام 2002 المتعلق باتفاقية السلامة والصحة المهنية، 1981، منظمة العمل الدولية: جنيف، 2009.

□ تَوَخَّ الحذر بشأن الاستخدام غير الملائم للمرافق ولعدم الامتثال من قِبَل العمال الآخرين؛ على سبيل المثال، العمال الذين:

- يَتَبَرَّزون في العراء.
- يقرفصون على مقعد المرحاض بدلاً من الجلوس عليه.
- يتخلصون من النفايات الخطيرة في البيئة بدلاً من وضعها في حاويات ملائمة.
- يستخدمون مرافق المرحاض لأغراض أخرى كمناطق للراحة.

□ أبلغ إلى المشرف عن الأوضاع أو السلوكيات التي قد تشكل خطراً مرتبطاً بالإصحاح. تذكر أن الأخطار قد تكون كامنة (قد تسبب مشكلة صحية في المستقبل في حالة عدم علاجها) أو فعلية (الأخطار التي تسبب بفعالية مشكلة صحية).

خطر وشيك



من الممكن لبعض الظروف أن تشكل خطراً جسيماً على الحياة أو الصحة. إذا ما تم إبلاغ صاحب العمل أو السلطة المختصة عنها، ولم يتم بعلاجها، تذكر أنك تتمتع بحق عدم العودة إلى موقع العمل حيث يستمر وجود خطر وشيك وحيثما يهدد الحياة أو الصحة خطر جسيم. على سبيل المثال؛ تخيل الوضع حيثما التبرُّز المستمر في العراء في المزرعة التي تعمل فيها يسبب الكوليرا (الهِبِصَّة) بين العمال؛ إنك لا ترغب بأن تُصاب بالعدوى، لذلك أبلغت عن الوضع إلى السلطة المختصة. في حالة عدم اتخاذ الإجراءات لمعالجة المشكلة واستمر انتشار الكوليرا (الهِبِصَّة)، فإن ذلك يمثل خطراً وشيكاً وجسيماً مستمراً يهدد الحياة أو الصحة.

المصدر: اتفاقية السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 155)، المادة 19 (و)

نقطة التَّحَقُّق ع. 3.2. أُرصد الأخطار المرتبطة بالإصحاح وأبلغ عنها



لماذا؟

بصفتك عامل، ينبغي أن تكون مدركاً للظروف والسلوكيات الصحية حولك. إن الاستخدام غير الصحيح للمراحيض أو مواقع التخلص، يمكن أن يلحق الضرر بك وبزملائك في العمل وبمجتمعك. من خلال التعبير عن مخاوفك، فإنك تستطيع إحداث اختلاف حقيقي بشأن الصحة والسلامة في مكان العمل.

كيف؟

□ تَوَخَّ الحذر بشأن ظروف مكان العمل غير الصحية؛ على سبيل المثال:

- المراحيض المكسورة.
- المراحيض التي لا يصل إليها العاملون المَعْوَقون.
- عدم وجود الحاويات لوضع مستلزمات الحَيْض.
- سلال المهملات الممتلئة والتي فاضت محتوياتها.
- تسرب أو فيضان النفايات السائلة للحيوانات.
- التسرب من عبوات مبيدات الآفات.



الوحدة 2: الإصحاح



قائمة التَّحَقُّق للعمال وممثلي العمال ومنظمات العمال

<p>هل تُستخدَم المرافق الصحية في مكان العمل على نحو مناسب؟ هل هناك امثال لقواعد مكان العمل بشأن صيانة المرافق الصحية؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع 1.2.
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p>	
<p>هل هناك امثال لقواعد مكان العمل بشأن التخلص من النفايات؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع 2.2.
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p>	
<p>هل هناك رصد ومراقبة نَشِطِينَ قائمين بشأن الظروف والسلوكيات الصحية؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع 3.2.
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات</p> <p>.....</p>	



الوحدة 3

القواعد الصحية





الوحدة 3: ما هي القواعد الصحية في مكان العمل؟

- تصف القواعد الصحية في مكان العمل ممارسات حفاظ العامل على نفسه وبيئته المحيطة نظيفتين وخاليتين من خطر العدوى. إنها تتضمن الممارسات الشخصية والممارسات في مكان العمل التي تحمي الصحة وتمنع انتشار المرض، كغسل اليدين، والاستحمام، وغسل الملابس، والقواعد الصحية للغذاء، والإدارة الآمنة للقواعد الصحية للحيض.
- تشير أيضاً إلى توفير المرافق والخدمات التي يمكن أن تُستخدَم من قِبَل كل شخص للمساعدة في الحفاظ على الصحة والوقاية من انتشار المرض، كمرافق غسل اليدين بالماء والصابون، وأماكن الاستحمام بالأدواش، ومرافق غسل الملابس، ومرافق خدمات الطعام، وخيارات إدارة القواعد الصحية للحيض.
- تشمل القواعد الصحية التدخلات التي تعزز السلوكيات الصحية والإدارة في مكان العمل، مع الأخذ بالحسبان السلوكيات والمرافق على السواء اللتان تعملان معاً كي يكون مكان العمل صحياً.

محتويات هذه الوحدة

تعرض هذه الوحدة أهمية القواعد الصحية الشخصية والأحكام الضرورية للحفاظ على مكان عمل صحي. يهدف الدليل التدريبي إلى إطلاع أصحاب المصلحة على المواضيع التالية:

الدليل 3.3

غسل الملابس



الدليل 2.3

الاستحمام بالدوش والاعتسال



الدليل 1.3

القواعد الصحية لليدين



الدليل 5.3

إدارة القواعد الصحية للحيض



الدليل 4.3

القواعد الصحية للغذاء



الدليل 1.3 . القواعد الصحية لليدين

الأمراض المرتبطة بالقواعد الصحية (على سبيل المثال لا الحصر):



- ◀ الألتهاب الرئوي
- ◀ التراخوما (الحَثْر)
- ◀ الجَرَب
- ◀ العدوى (الحَمَج) في الجلد والعين
- ◀ أمراض الإسهالات
- ◀ الكوليرا (الهَيْضَة)
- ◀ الزُّحار

المصدر: UNICEF (2015). Hygiene Fact Sheet

لماذا يحظى غسل اليدين في مكان العمل بالأهمية؟

إن توفير المياه والمرافق الصحية المُحَسَّنة لا يؤدي، بحد ذاته، بالضرورة إلى الصحة والقواعد الصحية المُحَسَّنة. تُظهِر البَيِّنَة أن السلوك الصحي مهم من أجل الوقاية من المرض. من هذه السلوكيات، إن لغسل اليدين بالصابون في اللحظات بالغة الأهمية (بما في ذلك بعد التَّبَرُّز، وقبل إعداد الطعام وتناوله) أهمية كبيرة.

تنتقل الجراثيم من شخص لآخر من خلال اليدين المُلوَّثتين في غياب القواعد الصحية الجيدة. كما قُدِّم في وحدة الإصحاح، تحتوي مُفْرَغات الإنسان على الجراثيم التي يمكن أن تسبب المرض. يمكن لليدين اللتين كانتا على تماس مع المُفْرَغات ومفززات الأنف وسوائل الجسم الأخرى أن تحملا كميات كبيرة من الجراثيم.

يمكن لليدين أيضاً أن تحملا جراثيم أخرى في مكان العمل من المصادر كَمُفْرَغات الحيوانات أو الطيور، والحيوانات المنزلية أو البرية، والطعام المُلوَّث. فضلاً عن الجراثيم، يمكن لليدين أن تكونا طريقاً لنقل المواد الخطيرة، كيميادات الآفات أو المواد الكيميائية السامة الأخرى.

إن غسل اليدين مهم على وجه الخصوص في أماكن العمل حيث تتجمع أعداد كبيرة من الأشخاص في أماكن قريبة من بعضها. إن غسل اليدين ضروري في:

- الأماكن حيث يحتشد الأشخاص المرضى أو المستضعفين (مواقع الرعاية الصحية، دور المسنين)؛ و
- أماكن إعداد وجبات الطعام وتناولها (المقاصف في أماكن العمل)؛ و
- مرافق مكان العمل، لاسيما حيثما يوجد أطفال صغار.

ما هي مستلزمات غسل اليدين على نحو ملائم؟

إن مرافق غسل اليدين ضرورية في مكان العمل بكميات كافية وبحيث يمكن الوصول إليها من قِبَل الجميع. يتضمن ذلك أربعة مكونات أساسية: توفير أحواض الغسل (المَغاسِل) مع الصابون، والمياه الجارية الصالحة للشرب، والمناشف فردية الاستخدام (الورق أو ما شابه) أو وسيلة أخرى لتجفيف اليدين.

1. المَغاسِل (أو مرافق غسيل اليدين الأخرى)

وهي البنى التي تتيح للعمال غسل أيديهم بالمياه الجارية.

- يمكن أن تكون بأشكال وأحجام عديدة، ويمكن أن تكون فردية الاستخدام، أو تتيح لأكثر من العمال غسل أيديهم في الوقت نفسه ((أي، المرافق الجماعية لغسل اليدين) اعتماداً على مكان العمل.
- يجب أن تكون متاحة تماماً للأشخاص المُعَوِّقين.
- ينبغي أن يُلحَق بها نظام للمياه المنقولة بالأنابيب الذي يوفر المياه الجارية الصالحة للشرب من خلال صنوبر.



□ إن درجة حرارة المياه هامة ويتعيّن أخذها بعين الاعتبار. تساعد المياه الدافئة في إزالة الأوساخ والسخام لأنها تحمل الجراثيم في أغلب الأحيان. أثناء العمل في درجات حرارة باردة، قد يساعد غسل اليدين من قِبَل العمال في زيادة الراحة.

□ إن تصريف المياه، أو نظام جمع المياه العادمة ضروري أيضاً، إذ قد يحتوي على جراثيم أو مواد خطيرة يتم غسلها من اليدين. إن تصريف المياه الملائم ضروري أيضاً لمكافحة نواقل الأمراض.

المياه الجارية بدون نظام إمداد بالأنابيب:



إن الوضع المثالي هو وجود مياه جارية تصل بالأنابيب إلى مرافق غسل اليدين. رغم ذلك، إن عدم إمكانية الحصول على المياه الجارية التي تصل بالأنابيب لا يعني أن العمال لا يستطيعون غسل أيديهم على نحو ملائم. من الممكن أن تتضمن الطرائق الأخرى الإمساك بعبوة من الأعلى وملؤها بالمياه النظيفة. عندما تحتوي الحاوية على الصنوبر، فإنه بالإمكان إطلاق المياه بكميات قليلة كي تساب المياه فوق اليدين أثناء الغسل. انظر دليل صندوق الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF):

["How to make a Tippy Tap"](#)

2. المياه الجارية الصالحة للشرب

إن المياه الجارية من مصدر يزود بالمياه بالأنابيب أقل رجحاناً أن يكون ملوّثاً. قد تحتوي المياه الراكدة، كالمياه في حوض أو دلو، على جراثيم مصدرها الأشخاص الآخريّن الذين غسلوا أيديهم فيها. ثمة جوانب أخرى يتعيّن أخذها بعين الاعتبار:

- ينبغي أن يكون ضغط المياه الجارية كافياً.
- تعني المياه الصالحة للشرب المياه الآمنة بما فيه الكفاية من أجل الشرب، وينبغي أن تتوفر لغسل اليدين متى أمكن ذلك. في المواقع حيث لا تتوفر المياه الصالحة للشرب لغسل اليدين، فإنه ينبغي وضع شارات مميزة واضحة تشير إلى أن المياه غير صالحة للشرب.

3. الصابون أو بدائل الصابون

يتطلب غسل اليدين الملائم استخدام الصابون أو بدائله. إن غسل اليدين بالمياه لوحدها أقل فعالية بكثير بما يتعلق بإزالة الجراثيم. يعتبر استخدام الصابون هاماً للأسباب التالية:

- يزيل الصابون الأوساخ والشحوم التي تحمل الجراثيم عبر مساعدة الفرك والاحتكاك اللذين يطردان الجراثيم.
- يضيف استخدام الصابون الزمن الذي يُستهلك على الغسل، مما يزيد من فرصة إزالة الجراثيم أو تخريبها.
- يجعل الصابون رائحة اليدين سارة، وتعتبر الرائحة حافزاً على استخدام الصابون.

الشكل 1.1.3. موقع إنتاج Al Rashidy El Mizan production site



بدائل الصابون



1. الرماد: في المواقع حيث لا يتوفر الصابون، فإن منظمة الصحة العالمية (WHO) توصي باستخدام رماد الخشب أو رماد الفحم كبديل عن الصابون بدلاً من استخدام المياه لوحدها.

2. فرك اليدين بمادة أساسها الكحول: توصي منظمة الصحة العالمية (WHO) أيضاً باللجوء إلى فرك اليدين بمادة أساسها الكحول في المواقع التي لا يتوافر فيها الصابون والماء. لقد لاحظت منظمة العمل الدولية أيضاً أن فرك اليدين بمادة أساسها الكحول هو بديل ملائم وفعال لغسل اليدين طالما أن اليدين غير متسختين. تتضمن المراحل ما يلي:

- ◀ إضمن أن فرك اليدين يتناول كافة سطوح اليد.
- ◀ أفرك اليدين مع بعضهما بشدة مع إيلاء الاهتمام بأطراف الأصابع.
- ◀ توقف عن الفرك عندما يتبخر المحلول وتصبح اليدين جافتين.
- ◀ إضمن غسل اليدين بالماء والصابون بعد عدة تطبيقات متعاقبة بأسلوب فرك اليدين بمحلول أساسه الكحول.

المصدر: WHO (2009). Water, sanitation and hygiene standards for schools in low-cost settings. WHO: Geneva, 2009
ILO/WHO HealthWISE Action Manual. Factsheet 3.10 "Hand hygiene" ILO: Geneva, 2014

يمكن لبعض مهام العمل أن تجعل اليدين متسخين للغاية أو ترسب عليهما مواد من الصعب إزالتها، كالألوان. تذكر أن المواد الخطيرة، كالمذيب (مُحَلِّ) الطلاء أو المواد الكيميائية الأخرى، لا ينبغي أن تُستخدم لغسل اليدين لأنها قد تكون خطيرة على صحة الإنسان.

4. مناشف اليدين أو المُجفِّفات

ينبغي تجفيف اليدين بعد غسلهما. إن اليدين الرطبتين زَلَقَتَان ويمكن أن تسببا حوادث غير مقصودة في مكان العمل. لتعزيز تجفيف اليدين، فإنه ينبغي أن توضع بجانب أحواض الغسل (المغاسل) المناشف أو وسائل تجفيف اليدين المناسبة الأخرى. يمكن أن يتضمن ذلك مناشف فردية الاستخدام مصنوعة من الورق

أو مادة أخرى، أو المجففات الهوائية. إن النقطة البالغة الأهمية هنا هي أنه مهما تكن الوسيلة المُستخدمة لتجفيف اليدين، فإنه ينبغي أن تكون صحية. أحياناً قد لا تُزال كافة الجراثيم أثناء غسل اليدين، ومن المحتمل انتقالها من المنشقة المستخدمة للتجفيف؛ مما يعني ذلك أنه:

□ ينبغي أن تُستخدم كل منشقة من قِبَل عامل واحد فقط ولمرة واحدة فقط.

□ ينبغي أن يتم التخلص فوراً بعد استخدامها، أو تُترك لغسلها في مكان مناسب.

ما هي الطريقة الملائمة لغسل اليدين؟

ينبغي أن يستغرق غسل اليدين على الأقل 20 ثانية. عد إلى الدليل التالي من أجل غسل اليدين الملائم خطوة بخطوة. يمكن وضع ذلك الدليل في مكان العمل كوسيلة تذكير.

متى يكون غسل يديّ مهماً؟

ثمة أوقات بالغة الأهمية أثناء العمل حيث يكون غسل اليدين مهماً على وجه الخصوص.

قَبْلَ

- ◀ قَبْلَ تناول الطعام أو المشروبات.
- ◀ قَبْلَ التعامل مع الطعام، والمشروبات أو تقديمها.
- ◀ قَبْلَ البدء بنشاط عمل أو مهمة جديدة حيث تنظيف اليدين مهم (أي، التعامل مع المرضى في موقع الرعاية الصحية).
- ◀ قَبْلَ العودة إلى العائلة في المنزل.

بَعْدَ

- ◀ بَعْدَ استخدام المراحيض أو المِبْوَلَة.
- ◀ بَعْدَ التعرض لمُفْرِغَاتِ الإنسان الناشئ عن التنظيف أو الحوادث، أو عن تغيير الحفاضات.
- ◀ بَعْدَ التعرض لسوائل الإنسان البيولوجية (الحيوية)، كمفرزات الأنف بعد العطاس.
- ◀ بَعْدَ التعرض للمواد الخطيرة ككفايات الحيوان أو مبيدات الآفات أو المذيبات (المُحَلِّات).



الشكل 2.1.3. الدليل المعياري لمنظمة الصحة العالمية (WHO) بشأن غسل اليدين الملائم.

كيف تغسل يديك؟ بالماء والصابون



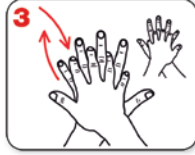
1 ضَعْ ما يكفي من الصابون لتغطية كافة سطوح اليد



0 رَطِّبْ يديك بالماء



4 راحة اليد إلى راحة اليد مع الأصابع المتداخلة



3 راحة اليد اليمنى فوق ظهر اليد اليسرى مع الأصابع المتداخلة والعكس بالعكس



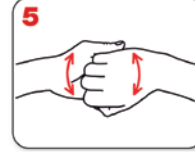
2 أفرك راحة اليد إلى راحة اليد الأخرى



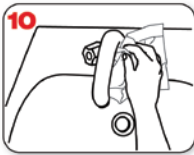
7 الفرك الدوراني، إلى الوراء وإلى الأمام مع الأصابع المتشابكة لليد اليمنى في راحة اليد اليسرى والعكس بالعكس



6 الفرك الدوراني للإبهام الأيسر المتشابك في راحة اليد اليمنى والعكس بالعكس



5 ظهر الأصابع إلى راحة اليد المعاكسة مع الأصابع المتداخلة



10 استخدم منشفة لإغلاق الصنبور



9 تجفّف تماماً بمنشفة فردية الاستخدام



8 تُمّ بشطف يديك بالماء

40-60 ثانية



11 ويداك آمتان

كيف تفرك يديك؟ بمستحضر أساسه الكحول



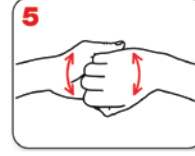
1 أ ضَعْ ملء راحة اليد من المستحضر وراحة اليد بحالة تقعر وقم بتغطية كافة السطوح



1 ب



2 أفرك راحة اليد إلى راحة اليد الأخرى



5 ظهر الأصابع إلى راحة اليد المعاكسة مع الأصابع المتداخلة



8 ما أن تصبح يداك جافتين، فإن يديك آمتان

20-30 ثانية



8 ما أن تصبح يداك جافتين، فإن يديك آمتان

أين ينبغي أن يكون مكان أحواض الغسل (المَغاسِل)؟

يأتي الإصحاح في مكان العمل والقواعد الصحية جنباً إلى جنب. على هذا النحو، ينبغي دوماً أن تكون أحواض الغسل (المَغاسِل) على مقربة من أي تعرض يشكل خطراً على الصحة؛ أو في الأماكن حيث اليدان النظيفتان ضروريتان لتعزيز الصحة في مكان العمل؛ كما يجب أن تكون تلك الأحواض متاحة بشكل كامل للأشخاص المُعَوِّقين؛ يتضمن ذلك:

□ المراحيض والمَبَاوِل: ينبغي أن يكون لأي مرحاض أو مَبْوَلَة في مكان العمل، على مقربة منه، حوض غسل (مَغسَلَة) مع الماء والصابون. تحتوي بعض حجرات المراحيض على حوض غسل (مَغسَلَة) بجانب المرحاض. يمكن أيضاً أن يكون مكان أحواض الغسل (المَغاسِل) خارج المرحاض تماماً. إن قرب حوض الغسل (المَغسَلَة) من المرحاض ينبغي أن يُذكر العمال ويشجعهم على غسل اليدين بعد استخدام المرحاض أو المَبْوَلَة وقبل العودة إلى العمل.

الخصوصية للفتيات والنساء الحائضات

إن مرافق غسل اليدين داخل أماكن أو مقصورات منفصلة للرجال والنساء هامة لإدارة القواعد الصحية للحَيْض، لأن الفتيات والنساء قد لا يرغبن بغسل الدم من أيديهن في الأماكن العامة.

□ **المواد الخطرة:** ينبغي أيضاً أن يكون في المناطق التي يمكن أن تُعرَّض العمال للمواد الخطرة حوض غسل (مَغسَلَة) في مكان قريب لحماية صحة العمال. مثلاً؛ إن أحواض الغسل (المَغاسِل) في قطاع الخدمات الصحية ضرورية ليس على مقربة من المراحيض فحسب، لكن أيضاً في غرف الفحص الطبي أو العمليات.

□ مرافق الطهي والمقاصف في مكان العمل: إن حوض الغسل (المَغسَلَة) مع الماء والصابون في مرفق الطهي في مكان العمل هام لغسل اليدين الاعتيادي قبل وأثناء إعداد الطعام والمشروبات وتقديمها. يمكن أيضاً توفير حوض غسل (مَغسَلَة) في المقصف لتذكير العمال بالحاجة إلى غسل اليدين قبل تناول الطعام والمشروبات.

□ **أماكن الإقامة في مكان العمل:** ينبغي أن تحتوي أيضاً أماكن الإقامة في مكان العمل، في حالة تقديمها للعمال، على أحواض الغسل (المَغاسِل)، بما في ذلك على مقربة من المراحيض والمَبَاوِل ومن مرافق الطهي أيضاً.

نقطة للنشر:



من الممكن أن تحمل اليدين الجراثيم والمواد الخطيرة. إن غسل اليدين هو طريقة بسيطة وسريعة وتحقق علاقة التكلفة - الفعالية بغية تعزيز الصحة في مكان العمل ومنع انتشار المرض. يمكن لتوفير أحواض الغسل (المَغاسِل) وتعزيز غسل اليدين أن يحسن صحة العمال ورعايتهم، ويحول دون الغياب عن العمل بسبب المرض، وبالتالي رفع المعنويات وزيادة الإنتاجية.



الدليل 2.3. الاستحمام بالذّوش والاعتسال

1. لماذا يحظى الاعتسال المنتظم بالأهمية؟

في كل يوم، بصرف النظر عما نقوم به، فإننا نتعرض لعناصر في البيئة التي تغطي جلدنا، كالغبار، أو التلوث من الهواء. فضلاً عن ذلك، إن أجسامنا تطلق العرق. يمكن أن تجعلنا هذه العوامل متسخين، كما يمكن أن تجعلنا مكاناً لتكاثر الجراثيم.

يضمن الاعتسال المنتظم أننا ننظف أجسامنا من الجراثيم، وأنها لا نحمل تلك الجراثيم معنا عندما نذهب إلى عملنا. إنه يساعدنا أيضاً بالشعور برائحة النظافة، مما يزيد من الراحة لأنفسنا ولمن حولنا من العمال.

2. لماذا يحظى الاعتسال في مكان العمل بالأهمية؟

يمكن لمناطق الجسم الأخرى، كالأيدين تماماً، أن تصبح على تماس مع الجراثيم أو العوامل الخطيرة في العمل اعتماداً على الوضع في العمل ومهام العمل. ينبغي أن تحتوي أماكن العمل، في بعض المواقع، على مرافق الاعتسال لتتيح للعمال الاعتسال بعد أداء مهام العمل بغية الحد من خطر الأمراض.

لماذا يحظى الاستحمام بالذّوش والاعتسال في مكان العمل بالأهمية؟

يشير تعبير الاستحمام بالذّوش والاعتسال إلى أي نوع من غسل الجسم، عدا الأيدي. كما عُرِض في الدليل السابق، فإن الأيديين تحملان الجراثيم والمواد الخطيرة؛ ويسري الأمر نفسه على مناطق أخرى من الجسم. ينبغي أن نأخذ بعين الاعتبار ثلاثة أنواع من الاعتسال وأهميتها بالنسبة للسلامة والصحة في مكان العمل:

1. الاعتسال المنتظم
2. الاعتسال في مكان العمل
3. الاعتسال في حالات الطوارئ

المشاكل الصحية المرتبطة بالقواعد الصحية
السيئة (على سبيل المثال لا الحصر)



- ◀ قمل الجسم
- ◀ الجرب
- ◀ العدوى (الأخماج) بالفطريات
- ◀ السعفة
- ◀ التراخوما (الحتر)
- ◀ الأفضورات (الديدان الدبوسية) Pinworms
- ◀ الإسهالات
- ◀ الالتهاب الرئوي/ العدوى (الأخماج) التنفسية

المصدر: Centers for Disease Control and Prevention, CDC (2014).
Hygiene-related Diseases Factsheet

طرق التعرّض عبر الأدمة: لماذا يحظى تعرض الجلد للمواد الخطيرة بالاهتمام؟ قد يكون من الصعب أن تتخيل لماذا تعتبر المادة الكيميائية التي تمس الجلد خطيرة على الجسم كله؛ ولهذا فإن التعرض عبر الأدمة يحظى بالأهمية. تستطيع بعض المواد أن تدخل الجلد وتدخل مجرى الدم، حيث تسبب السمية في جميع أنحاء الجسم. قد تظهر الآثار الصحية فوراً، أو قد تظهر بعد مضي بعض الوقت. تتضمن القائمة الواردة أدناه أمثلة على ذلك.

المادة/ التعرض	الأثر الصحي/ المرض
النيكوتين في أوراق التبغ الخضراء	داء التبغ الأخضر (GTS)، الذي يتظاهر بالإقياء والغثيان والصداع والدوار
مبيدات الآفات المستخدمة في زراعة المحاصيل	التسمم بمبيدات الآفات الذي يمكن أن يتراوح من الخفيف إلى الشديد
البنزين أو الطولوين في الصناعات البتروكيميائية	تهيج الجلد وحروق فيه؛ يمكن أن يؤدي إلى آثار مناعية حاملة يصل إلى مجرى الدم



ما هي مستلزمات الاغتسال في مكان العمل؟

بما يماثل غسل اليدين، إن مرافق الاغتسال المناسبة ضرورية في بعض قطاعات العمل، حيث تحتوي تلك المرافق على المياه الجارية الصالحة للشرب والصابون ومناشف فردية الاستخدام. ثمة اعتبارات إضافية تتعلق بالحاجة إلى الخصوصية.

مرافق الاغتسال

يمكن لمرافق الاغتسال في مكان العمل أن تأخذ شكل مكان للاستحمام بالذّوش (حيث تنساب المياه من صنوبر موجود في الأعلى أو من خلال خرطوم للمياه يُمسك باليد)؛ أو حوض استحمام (الذي يمكن ملؤه بالمياه الجارية). من الخيارات الممكنة أيضاً أحواض الاغتسال المخصصة للغسل الموضوعي. ينبغي لمرافق الاغتسال:

- أن يكون آمناً وبراغي الخصوصية؛ ينبغي توفير مرافق منفصلة للرجال والنساء.
- أن يكون الوصول إليه سهلاً، ومتعلقاً بطبيعة التعرض في مكان العمل وشدته.

الشكل 1.2.3. الدّوش



© andrewmalone via Foter.com/CC BY

□ أن يزيل المياه العادمة بواسطة نظام يعتمد على الأنابيب. يتضمن توفير الأدّواش أو الأحواض الحاجة إلى وسائل ملائمة لإزالة المياه العادمة لأنها قد تحتوي على مواد خطيرة أزيلت من الجسم.

□ أن لا يُستخدَم لأي غرض آخر. إن ذلك صحيح على وجه الخصوص حيثما قد تصبح معدات العمل متسخة وتحتاج إلى أن تُغسَل. ينبغي توفير مناطق منفصلة للغسل للمعدات بحيث أن لا تلوث مرافق الاستحمام بالأدّواش.

المياه الجارية

يهدف الاغتسال في مكان العمل إلى إزالة العناصر الخطيرة من الجلد والشعر بطريقة آمنة ومريحة. على هذا النحو، ينبغي أن تكون المياه المُستخدَمة للاستحمام بالذّوش أو الاغتسال:

□ صالحة للشرب، بحيث أن لا تشكل خطراً على الصحة، قد تدخل المياه إلى العينين أو الفم أثناء الاستحمام بالذّوش، وقد تؤدي إلى العدوى إذا ما احتوت على الجراثيم.

□ متسمة بالكفاءة، لإزالة الأوساخ والسخام. ينبغي أن يكون ضغط المياه مناسباً. علاوة على ذلك، يمكن للمياه الدافئة أن تساعد في إزالة الأوساخ بسرعة أكبر. في حين أن منظمة العمل الدولية توصي بأن تتوفر المياه الجارية لاحتياجات الاغتسال في مكان العمل، فإن الاغتسال لا يزال ممكناً بدون مياه جارية، لاسيما لاحتياجات الغسل الموضوعي.

□ مريحة، بحيث يشجع العمال على الاغتسال بفترات منتظمة. قد تجعل المياه الدافئة الاستحمام في مكان العمل أكثر بهجة ويرفع من معنويات العمال.

□ آمنة بما يتعلق بالحفاظ على درجة حرارة الجسم الملائمة. إن نقص المياه الدافئة في بيئة العمل الباردة قد يكون خطيراً ويزيد من خطر الظروف المرتبطة بالبرودة، كانهضاض حرارة الجسم.

أخذهما بعين الاعتبار، وهما الأدواش في حالات الطوارئ ومواقع غسل الوجه/ العينين في حالات الطوارئ.

المواد الأَكَّالَة:



وهي مواد تستطيع مهاجمة أنسجة الجسم وتخريبها بمجرد حدوث التماس، مما يسبب ضرراً على الفور، لاسيما في الجلد والعيون. في الجلد، تستطيع المواد الأَكَّالَة أن تهيج الحرق وتحدث نفاطة في الجلد؛ وقد تحدث الوفاة في الحالات الشديدة حيث تشمل الحروق جزءاً كبيراً من الجسم. في حالة التماس مع العينين، تستطيع المواد الأَكَّالَة أن تسبب حروقاً أو تندباً أو حتى عمىً دائماً. تتضمن الأمثلة للمواد الأَكَّالَة في مكان العمل:

- ◀ حمض الهيدروكلوريك (كلور الماء)
- ◀ حمض التتريك
- ◀ هيدروكسيد الأمونيوم
- ◀ هيدروكسيد البوتاسيوم (البوتاس الكاوي)
- ◀ هيدروكسيد الصوديوم (الصُّودا الكاوية)

الأدواش لحالات الطوارئ

عندما يكون ضرورياً، ينبغي أن تتوفر في أماكن العمل الأدواش لحالات الطوارئ المُصمَّمة خصيصاً لإزالة التلوث عن رأس العامل وجسمه بعد التعرض لمادة خطيرة. يمكن أيضاً استخدام أدواش الطوارئ لإزالة الملوثات عن الملابس، أو إخماد النيران في الملابس التي اندلعت فيها.

مواقع غسل الوجه والعيون في حالات الطوارئ

يمكن للتعرض العارض للوجه والعيون لمواد كيميائية مختلفة أن يؤدي إلى التهيج، وخلل مؤقت أو دائم في الرؤية، أو حتى العمى. عندما تقع حوادث العين، فإنه يمكن لمواقع غسل العينين في حالات الطوارئ أن ترحض سريعاً العينين بالماء لتقليل التعرض للمواد الخطيرة. قد تشبه هذه الوحدات نوافير المياه، لكن بدلاً من ذلك مزودة بفتحتين يمكن أن تطلقا الماء على كلا العينين في الوقت نفسه.

الصابون

ينبغي أن يُستخدَم الصابون وعوامل تنظيف الجسم المُعتمَدة (مثلاً، مستحضرات الشامبو) لإزالة عناصر التلوث على سطح الجلد والشعر. ينبغي للصابون:

- أن لا يكون مهيجاً للجلد. لأن الاغتسال قد يكون متكرراً في بعض مواقع أماكن العمل، فإنه لا ينبغي للصابون أن يضر أو يؤذي الجلد حتى بعد الاستخدام المكثف.
- أن لا يتم استبداله بالعوامل غير المُعتمَدة للاغتسال. تذكر أنه كغسل اليدين، ينبغي أن تُستخدَم للاغتسال العوامل المُعتمَدة فقط. إن المواد، كالمُنديتات (المُحَلَّات) أو مُرَقَّقات الطلاء، سامة وقد تسبب ضرراً في الجسم.

المناشف

ينبغي تجفيف الجسم بعد الاغتسال من أجل الراحة ولتقليل إلى أدنى حد ممكن الحوادث الناجمة عن الجلد الرقيق. ينبغي للمناشف في مرافق مكان العمل أن تكون:

- خالية من التلوث ونظيفة من أجل استخدامها.
- فردية الاستخدام فقط، ولا ينبغي أن يتشارك العمال فيها.
- إما أن تُغسَل أو يتم التخلص منها اعتماداً على ظروف مكان العمل ومتطلباته.

3. لماذا يحظى الاغتسال في حالات الطوارئ بالأهمية؟

قد تكون هناك حالات حيث يحدث التعرض للمواد الخطيرة على نحو غير مقصود على شكل حادث في مكان العمل، كالانسكابات الكيميائية. في هذه الحالة، إن الاغتسال فوراً ضروري للحد من أخطار الآثار الصحية الضارة.

إن الثواني الأولى بعد التعرض لمادة خطيرة، لاسيما المادة الأَكَّالَة، حاسمة. قد يسبب التأخر بتقديم المعالجة المناسبة إصابة طويلة الأمد. تستطيع مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ إزالة التلوث، وهي فورية وتزيل التلوث في الوجه وفي منطقة محددة من الجسم، مما يتيح للعمال التخلص سريعاً من المواد الكيميائية المُهدِّدة للحياة. ثمة نوعان من مرافق الاغتسال في حالات الطوارئ يتعين

الشكل 2.2.3. مواقع للاغتسال في حالات الطوارئ.



© akahawkeyefan via Foter.com/CC BY-NC-SA

الدقة للحصول على التفاصيل:

تضع السلطة المختصة المتطلبات الأخرى لأنواع مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ والتفاصيل المتعلقة باستخدامها وصيانتها. من الممكن أن تتضمن المبادئ التوجيهية:

- ◀ مكان مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ وعدد تلك المواقع
- ◀ القياسات الدقيقة لمواقع الاغتسال في حالات الطوارئ
- ◀ ضغط المياه
- ◀ درجة حرارة المياه
- ◀ استخدام «سائل تدفق» آخر، كالمحلول المحلي الدَّارِي الحافظ

نقطة للنشر:

إن توفير مرافق الاغتسال وصيانتها واستخدامها على نحو ملائم، من أجل كل من التعرضات في مكان العمل وأوضاع الطوارئ في مكان العمل، تساعد على حماية صحة العمال ورعايتهم وتساعد على الحفاظ على مكان عمل صحي.

ما هي مستلزمات مرافق الاغتسال في حالات الطوارئ؟

تتضمن مستلزمات مرافق الاغتسال في حالات الطوارئ ما يلي:

- المياه الصالحة للشرب. من الضروري أن تكون المياه المتوفرة خالية من التلوث ولا تشكل خطراً على العمال.
- الوصول والاستخدام السريعان والسهلان. في حالة الطوارئ، كتناثر المواد الكيميائية، فإن كل ثانية مهمة. ينبغي أن تكون مرافق الاغتسال في حالات الطوارئ على مقربة من مناطق العمل التي تحتوي على مواد خطرة. فضلاً عن ذلك، ينبغي أن تكون المرافق سهلة الاستخدام بحيث يستطيع العمال تشغيلها فوراً. تذكر أن بعض التناثرات على العين قد تؤدي الرؤية على الفور. على هذا النحو، ينبغي للعمال أن يكونوا قادرين على تحديد موقع مرافق الاغتسال وتشغيلها دون إضاعة الكثير من الوقت.



الدليل 3.3. غسل الملابس

أو غسلها أو التخلص منها على نحو غير ملائم. تتضمن المواد الخطرة على ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية ذات الأهمية ما يلي:

- ◀ مبيدات الآفات
- ◀ الحرير الصخري (الأسبستوس)
- ◀ السوائل البيولوجية (الحيوية) للإنسان
- ◀ بقايا الحيوانات أو السوائل البيولوجية الأخرى
- ◀ المواد المُشعَّة
- ◀ المواد الكيميائية الأَكالة أو السامة

إن الخيارات للتعامل مع ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية هي إما اتباع التعليمات المتعلقة بتنظيفها أو غسلها على نحو ملائم أو التخلص منها بطريقة آمنة وفقاً للقوانين المحلية. إن هذا الواجب هو من مسؤولية صاحب العمل، ولا ينبغي للعمال أبداً أن يأخذوا الملابس أو معدات الوقاية الشخصية المُلوَّثة إلى المنزل لغسلها هناك.

على نفس هذه المسارات، من الأهمية بمكان مراعاة أنه في بعض الحالات قد يخلع العمال ملابسهم الشخصية ويرتدون ملابس العمل عندما يصلون إلى مكان العمل. إن مرافق تغيير الملابس

لماذا يحظى غسل الملابس في مكان العمل بالأهمية؟

تماماً كما تتعرض اليدين والجسم للجراثيم والمواد الخطرة في مكان العمل، فإن الملابس التي نرتديها والمواد الأخرى في منطقة العمل تتعرض أيضاً للجراثيم والمواد الخطرة. إن الملابس المُستخدمة في مكان العمل وكذلك معدات الوقاية الشخصية المُصمَّمة خصيصاً للحماية من التعرضات في مكان العمل يمكن أن تأتي أنواعاً مختلفة من المواد الخطرة؛ وينبغي أيضاً أن تؤخذ بعين الاعتبار المواد القماشية والمواد الأخرى التي يمكن أن تتسخ في مكان العمل، كالمناشف والملاءات (البياضات).

لماذا يحظى غسل ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية بالأهمية؟

تُصمَّم ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية (كالخوذات، وواقيات العينين، والكمامات) لتعمل كحاجز بينك وبين التعرضات الخطرة المحددة في مكان العمل. على هذا النحو، فإنه من الطبيعي أن تصبغ هذه الملابس والمواد المُلوَّثة.

عند الانتهاء من مهام العمل وخلع الملابس والمعدات الأخرى المُلوَّثة، فإن هناك خطر التماس مع الجلد في حال التعامل معها

الشكل 1.3.3. عمال غسل الملابس في فندق واشنطن بالولايات المتحدة.



© ILO/Maillard J.



الخدمات الصحية وفيروس العوز المناعي البشري / متلازمة العوز المناعي المكتسب (HIV/AIDS):



لاحتياجات غسل الملابس في قطاع الخدمات الصحية أهمية خاصة، لاسيما عندما يتعلق الأمر بالتعامل مع مسببات الأمراض، كفيروس العوز المناعي البشري / متلازمة العوز المناعي المكتسب (HIV/AIDS). من الممكن للمنشآت والمُلاءات (البياضات) والملابس المُلوّنة بالدم أن تشكل خطر انتقال المرض.

- ◀ ينبغي أن تُغسل كافة المُلاءات (البياضات) بالمنظفات.
- ◀ في حالة تعذر توفير خدمات متخصصة، فإنه ينبغي استعمال المنظفات لغسل الملابس أو المُلاءات (البياضات) المُلوّنة واللجوء إلى استخدام دورة الغسيل الساخنة لآلة الغسيل المنزلية، وتسخين المياه إلى درجة حرارة لا تقل عن 80م، أو اللجوء إلى التنظيف الجاف يتبعه الكي بمكواة ساخنة.
- ◀ ينبغي ارتداء قفازات مطاطية منزلية إذا ما تعذر تجنب الغسل اليدوي.

المصدر: Joint ILO/WHO guidelines on health services and HIV/AIDS
http://www.who.int/occupational_health/activities/2ilowho.pdf Geneva, 2005

نقطة للنشر:



بالإضافة إلى اليدين والجلد، من الممكن أن تلتوث الملابس بالمواد الخطرة وتشكل خطراً صحياً. إن الطرائق التي تراعي القواعد الصحية لغسل الملابس التي تحول دون تماس الجلد مع العناصر السامة تحافظ على سلامة العمال وصحتهم، بالإضافة إلى عائلاتهم.

في مكان العمل وأماكن تخزينها، كالخزائن، هامة للوقاية من انتشار التلوث من ملابس الوقاية إلى الملابس الشخصية.

تحذير! التعرضات المأخوذة إلى المنزل



إذا لم تدعُ ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية في مكان العمل، فإنك ستكون عرضة لخطر نقل التعرضات الخطرة من عملك إلى منزلك. قد تتوضع هذه المواد الخطرة على أرضيات منزلك وأثاثك، والأهم من ذلك، أفراد أسرتك؛ وهذا ما يُعرف بـ «التعرضات المأخوذة إلى المنزل». إن مواد كيميائية كثيرة في مكان العمل خطيرة، لاسيما على الأطفال. وتثير القلق بصورة خاصة مبيدات الآفات التي يمكن أن تكون خطيرة على الأطفال الصغار الذين يميلون إلى وضع الأشياء في فمهم ويمضون وقتاً على الأرضيات، حيث قد يتوضع الغبار والبقايا من الملابس.

ماذا بشأن المواد الأخرى في مكان العمل؟

قد تصبح المواد الأخرى مُلوّنة بسبب مهام العمل المختلفة وتتطلب غسلًا مناسباً للحد من الأخطار المتعلقة بالقواعد الصحية في مكان العمل. تعتمد أنواع المواد بوضوح على قطاع العمل. والشيء الهام الذي يتعين أخذه بعين الاعتبار هو ما إذا كانت المادة المعنية قد تشكل خطراً مرتبطاً بالقواعد الصحية على الأشخاص في مكان العمل أم لا؛ إذا كان الأمر كذلك، ينبغي التشاور مع السلطة المناسبة للحصول على المعلومات بشأن غسل تلك الأشياء أو التعامل معها، والتخلص منها بصورة ملائمة. تتضمن الأمثلة:

- ◀ المنشآت في مكان العمل المتعلقة بمرافق الاغتسال
- ◀ المنشآت والمُلاءات (البياضات) من أماكن الإقامة في مكان العمل
- ◀ المواد المُلوّنة بالحرير الصخري (الأسبستوس)
- ◀ المنشآت والمُلاءات (البياضات) من قطاع خدمات الرعاية الصحية



الدليل 4.3. القواعد الصحية للغذاء

ولأن كافة الأشخاص يحتاجون إلى الغذاء الآمن من أجل الصحة السليمة، فإن القواعد الصحية للغذاء هي مسؤولية الجميع في مكان العمل. إن تعزيز القواعد الصحية للغذاء هو تقريباً تغيير السلوك المتعلق بالقواعد الصحية للغذاء، وإدراك المفاهيم الأساسية المتعلقة بسلامة الغذاء. تتألف القواعد الصحية للغذاء في العمل من ثلاثة مكونات مترابطة: الغذاء الآمن، ومرافق الغذاء الآمن، وخدمات الغذاء الآمن.

أسباب الأمراض المنقولة بالغذاء (على سبيل المثال لا الحصر):

الجرثيم

- ◀ السَّالْمُونِيَّة
- ◀ العَظِيفَة (Campylobacter)
- ◀ اللَّيْسْتَرِيَّة
- ◀ الضَّمَّة الكُولِيرِيَّة (هَيْضِيَّة)

الفيروسات

- ◀ التَّهَاب الكَبِد A

البريونات

- ◀ الإِغْتَال الدِّمَاغِي الإِسْفَنْجِي البَقْرِي («مرض البقرة المجنونة»)

الطفيليات

- ◀ الجِيَارْدِيَا
- ◀ خَفِيَّة الأَبْوَاغ (Cryptosporidium)

المصدر: WHO (2015). Food safety. Fact sheet N°399

الغذاء الآمن

ثمة خمس خطوات رئيسية يتعيّن أن نتذكرها للمساعدة في الوقاية من تلوث الغذاء في مكان العمل، والمساعدة في ضمان غذاء أكثر أماناً.

لماذا تحظى القواعد الصحية للغذاء بالأهمية؟

تمثل الأمراض المنقولة بالغذاء مشكلة صحية عامة جسيمة في كافة أنحاء العالم. يمكن للجراثيم في الغذاء المُستهلَك أن تسبب إسهالات شديدة، وقد تسبب بعضها الوفاة. قد يؤدي التلوث الكيميائي للغذاء إلى تسمم حاد أو أمراض طويلة الأمد، كالسرطان.

يتضمن الغذاء غير المأمون اللحوم النيئة، والفواكه والخضراوات المُلوّثة بمُفَرَّغَات الإنسان أو الحيوان، أو الغذاء المُلوّث بالمواد الكيميائية (كالزُّبُق). لحسن الحظ، يمكن الوقاية من الكثير من الأمراض المنقولة بالغذاء عبر استخدام السلوكيات الملائمة للتعامل مع الغذاء.

ماذا بشأن القواعد الصحية للغذاء في العمل؟

إن حق التحرر من الجوع هو من حقوق الإنسان الأساسية، ومع ذلك يتم تجاهله أحياناً في سياق الحقوق في العمل. الغذاء الآمن هام أيضاً للقوى العاملة المُنتِجة. إن العمال الذين لا يحصلون على الغذاء الآمن، أو لا يدركون أساسيات القواعد الصحية للغذاء، يمكن أن يصابوا بالمرض وأن يتغيّبوا عن العمل، مما يؤدي إلى انخفاض الإنتاجية. بالنسبة لقطاعات العمل التي توفر الإقامة للعمال، فإن الحاجة إلى الغذاء الآمن يتسع نطاقها إلى أماكن الإقامة والأسر بالإضافة إلى المجتمعات.

يمكن لعوامل كثيرة في العمل أن تسهم في تلويث الأغذية، بما في ذلك المناخ الحار، والزمن الفاصل بين إعداد الطعام وتناوله، والمياه المُلوّثة، والطهي/ إعادة التسخين غير الكافية، ونقص الإصحاح في المقاصف، وصعوبة تنظيف السطوح، وانعدام القواعد الصحية الشخصية (غسل اليدين)، ووصول الحيوانات إلى المطبخ.



الشكل 1.4.3. الملصق الجداري (بوستر) لمنظمة الصحة العالمية بشأن الوصايا الخمس لغذاء أكثر أماناً.

الوصايا الخمس لغذاء أكثر أماناً

لماذا؟

لأنه على الرغم من أن معظم الجراثيم لا تسبب المرض إلا أنه توجد جراثيم خطيرة تنتشر على نطاق واسع في التربة والماء والحيوانات والإنسان، وتكون هذه الجراثيم محمولة على الأيدي وأقمشة المسح والأواني وخصوصاً ألواح القطع، ويمكن أن يؤدي أقل تماس إلى نقل هذه الجراثيم إلى الطعام وإصابة الإنسان بالأمراض المنقولة بالغذاء.

حافظ على نظافتك

- ✓ اغسل يديك قبل تناول الطعام، واغسلهما مراراً وتكراراً أثناء إعداده
- ✓ اغسل يديك بعد الخروج من المراحيض
- ✓ اغسل وطمّئ جميع السطوح والمعدات المُستخدمة لإعداد الطعام
- ✓ اضمن حماية الطعام ومناطق المطبخ من الحشرات، والهوام (الآفات)، وسائر الحيوانات



لماذا؟

لأن الأطعمة النيئة، لاسيما اللحوم والدواجن والأطعمة البحرية وعصاراتها، قد تكون محتوية على جراثيم خطيرة يمكن نقلها إلى الأطعمة الأخرى أثناء إعداد الطعام وتخزينه.

افصل بين الطعام النيئ والطعام المطبوخ

- ✓ افصل بين النيئ من اللحوم والدواجن والأطعمة البحرية وبين الأطعمة الأخرى
- ✓ استعمل لتداول الأطعمة النيئة معدات وأواني وأدوات منفصلة (كالكسكاكين وألواح القطع)
- ✓ قم بتخزين الطعام في أوعية تفادياً للتماس بين الأطعمة النيئة والأطعمة المطبوخة



لماذا؟

لأن الطبخ الجيد يقتل جميع الجراثيم الخطيرة تقريباً. وقد اتضح من الدراسات أن طهو الطعام حتى درجة 70 مئوية يمكن أن يساعد على ضمان مأمونية تناوله. تشمل قائمة الأطعمة التي تتطلب اهتماماً خاصاً اللحم المفروم، والمشويات المملوثة، وقطع اللحم الكبيرة والدواجن التي تطهى كاملة.

اطبخ الطعام طبخاً جيداً

- ✓ اطح الطعام جيداً، لاسيما اللحوم، والدواجن، والبيض، والأطعمة البحرية
- ✓ اجعل الحساء وما إليه يغلي، للتأكد من وصولها إلى درجة 70 مئوية، وتأكد من أن لون عصارات اللحوم والدواجن لم يعد وردياً، والأفضل استخدام مقياس للحرارة.
- ✓ قم بإعادة تسخين الطعام المطبوخ تسخيناً جيداً.

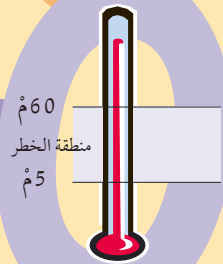


لماذا؟

لأن الجراثيم تستطيع أن تتكاثر بسرعة فائقة في حالة تخزين الطعام في درجة حرارة الغرفة؛ وبإبقاء درجة حرارة الطعام تحت 5 مئوية وفوق 60 مئوية يتباطأ نمو الجراثيم أو يتوقف تماماً. ومع ذلك، فإن بعض الجراثيم الخطيرة قد تنمو تحت درجة 5 مئوية.

حافظ على إبقاء الطعام في درجة حرارة مأمونة

- ✓ لا تترك الطعام المطبوخ في درجة حرارة الغرفة أكثر من ساعتين
- ✓ ضغ في الثلاجة (البراد) فوراً جميع الأطعمة المطبوخة والقابلة للفساد والأفضل حفظها تحت درجة حرارة 5 مئوية
- ✓ حافظ على سخونة الطعام المطبوخ أكثر من 60 مئوية حتى موعد تقديمه
- ✓ لا تخزن الطعام مدة طويلة حتى في الثلاجة (البراد)
- ✓ لا تحاول إزالة تجميد الطعام المجمد في درجة حرارة الغرفة



لماذا؟

لأن المواد الخام، بما فيها الماء والجليد، قد تكون ملوثة بجراثيم ومواد كيميائية خطيرة. وقد تتكون بعض الكيماويات السامة في الأطعمة النافثة والعفنة. ويمكن للحرص في اختيار المواد النيئة ولبيض التوابير الخاصة، مثل الغسيل والتشهير، أن تقلل من احتمالات التعرض للخطر.

استعمل المياه المأمونة والمواد الغضة المأمونة

- ✓ استعمل المياه الصالحة للشرب أو عالجها لتصبح صالحة للشرب
- ✓ اختر أطعمة طازجة وسليمة
- ✓ اختر الأطعمة التي عولجت لكي تكون مأمونة، كاللبن (الحليب) المبستر
- ✓ اغسل الفواكه والخضراوات، لاسيما إذا كانت ستؤكل غضة
- ✓ لا تستخدم الطعام بعد انتهاء تاريخ صلاحيته



المعرفة = الوقاية

4. حافظ على الطعام في درجات حرارة آمنة

اعتماداً على طول مدة يوم العمل، قد تُخزّن الأطعمة قبل تناولها أو قد يُخزّن ما بقي منها. إن هذا الوضع واقعي خصوصاً للعمال الذين قد لا يستطيعون الوصول إلى المقصف وقد يحتاجون إلى إحضار طعامهم من منزلهم.

- تفاد أن تترك الطعام المَطهُو في درجة حرارة الغرفة. ضَع في الثلاجة (البراد) الأطعمة المَطهُو والقابلة للفساد.
- حافظ على الأطعمة ساخنة إلى حين تقديمها.

5. استخدم مياهاً ومواد أولية آمنة

ينبغي للمياه المستخدمة لغسل المواد الغذائية والأواني وللطهي أن تكون صالحة للشرب؛ وبالمثل، ينبغي للمواد الغذائية النيئة المستخدمة للطهي أن تكون عالية الجودة، كما لا ينبغي أن تفسد أو تتلوث.

- استخدم مياهاً صالحة للشرب لطهي الأطعمة وغسل المواد الغذائية، ولغسل أواني الطهي وتناول الطعام. توصي منظمة العمل الدولية بتوفير المياه الصالحة للشرب من قِبَل صاحب العمل لاحتياجات العمال المتعلقة بالطعام.
- اختر المواد الغذائية الطازجة والنظيفة والآمنة.
- لا تستخدم الطعام بعد انتهاء تاريخ صلاحيته.

مرجع رئيسي:



لمزيد من المعلومات بشأن كيفية ضمان غذاء أكثر أماناً في مكان العمل، أنظر المرجع التالي: WHO's Five Keys to Safer Food Manual. الدليل معلومات وإرشاداً تفصيلية بشأن الخطوات الخمس، ويوفر سبلاً عملية لتدريب أصحاب المصلحة بشأن هذا الموضوع الهام في مكان العمل.

1. حافظ على نظافتك

تستطيع الجراثيم الانتقال بسرعة من اليدين إلى الطعام. عندما يذهب العامل لتناول إما وجبة خفيفة أو وجبة اعتيادية، فإن هناك خطر تلوث الطعام.

- اغسل يديك بالماء والصابون قبل التعامل مع الطعام أو إعداده أو تقديمه أو تناوله. اغسل يديك أثناء عمليات المناولة والإعداد في حالة التماس مع مواد لا تحقق القواعد الصحية (اللحوم النيئة).
- انزع وخزن معدات الوقاية الشخصية قبل الدخول إلى مناطق تناول الطعام أو قبل تناول الطعام.
- استحم باليدوش أو اغتسل عند الضرورة قبل دخول أماكن تناول الطعام أو قبل تناول الطعام.
- اغسل وطهر السطوح والأواني والمعدات المستخدمة في إعداد الطعام.
- قم بحماية مناطق تناول الطعام من الحشرات والهوام (الآفات)، والحيوانات الأخرى.

2. افصل بين الطعام النيئ والطعام المَطهُو

- قد تحتوي الأطعمة النيئة من مصدر حيواني على جراثيم خطيرة تستطيع الانتشار إلى أطعمة أخرى أو أواني الطهي وتناول الطعام.
- افصل اللحوم والدواجن والأطعمة البحرية النيئة عن الأطعمة الأخرى أثناء المناولة والتخزين.
- استخدم معدات وأوانٍ مختلفة لإعداد الأطعمة النيئة والأطعمة الأخرى.

3. أطه الطعام طهيًا جيداً

- تتطلب بعض الأطعمة، كاللحوم النيئة، طهيًا ملائماً قبل استهلاكها. يرفع الطهي درجة حرارة الأطعمة، مما يقتل الجراثيم فيها.
- اجعل الحساء وما إليه يغلي، وأطه اللحوم والدواجن والأطعمة البحرية طهيًا جيداً.
- على نحو ملائم، أعد تسخين الطعام المَطهُو قبل تناوله.

مراقق خدمات الطعام (أي، المقاصف)

يتمتع العمال بحق تناول الطعام أثناء يوم العمل ولذلك يجب توفر حيز مخصص لتناول الطعام ويحقق القواعد الصحية ولا يشكل خطراً صحياً. من الممكن أن يحدث تلوث الغذاء سريعاً، مما يجعل من الضروري إيجاد مناطق منفصلة حيث يستطيع العمال هناك أن يتناولوا بأمان الوجبات الخفيفة أو الوجبات الاعتيادية. ينبغي لمراقق تقديم الطعام أن:

تُصان وفق معايير القواعد الغذائية. يتضمن ذلك التنظيف بفترات منتظمة، بما في ذلك مناطق تداول الطعام وطهيه، ومناطق تناول الطعام، بالإضافة إلى أواني الطهي وتناول الطعام.

تكون ضمن مسافة مسير آمنة من منطقة العمل.

تكون متاحة لكافة العمال. لا ينبغي أن يضطر العمال المُعَوَّقون بدنياً أو الذين يعانون من إعاقات أخرى المسير مسافة طويلة لتناول وجبة الطعام.

يكون مكانها ضمن مسافة آمنة عن مكان تخزين المواد الخطرة أو استخدامها.

تكون محمية من عوامل الطقس.

تقدم طعاماً آمناً بأسعار معقولة.

يجب أن يحصل العمال على الوقت الملائم للاستمتاع بطعامهم. إن العمال الذين يشعرون بالانضغاط بسبب ضيق الوقت، فإنهم قد لا يتناولون وجبات طعامهم، مما يزيد من التعب وفرصة وقوع الحوادث وحدوث الأمراض في مكان العمل.

أقسام خدمات الطعام

يعتمد العمال في بعض المواقع على الطعام المتوفر في المقاصف. على هذا النحو، ينبغي أن يكون الأشخاص المسؤولون عن خدمات الطعام من ذوي المهارات في مجال التغذية والإصحاح والتعامل مع الطعام لضمان أن العمال لن يصابوا بالمرض من الطعام الذي يتم تقديمه إليهم. ينبغي لأقسام خدمات الطعام:

أن تحصل على الترخيص من قِبَل السلطة المختصة بشؤون القواعد الصحية للغذاء.

أن تتبّع كافة اللوائح المتعلقة بالقواعد الصحية للغذاء.

أن يتم التفتيش عليها بفترات منتظمة من قِبَل السلطة المختصة.

نقطة للنشر:



يشكل الطعام المُلوَّث وغير الآمن خطراً جسيماً على العمال، ومن الممكن أن يؤدي إلى الإصابة بالمرض أو الوفاة، وانخفاض الإنتاجية. ولا بد من الحصول على الطعام الآمن وإتاحة مراقق تناول الطعام الآمن وخدمات الطعام الآمن من أجل تمتع العمال بالصحة ومن أجل تعزيز ظروف العمل اللائق والظروف الصحية.

الشكل 2.4.3. يُجرى مفتشو السفينة، مع ضابط، تَحَقُّقاً بشأن مدى التقيد بمعايير القواعد الصحية للغذاء في الثلاجات (البرادات).



© ILO/Crozet M.



الدليل 5.3. إدارة القواعد الصحية للحَيْض

رغم التحديات القائمة الكثيرة، ثمة مراحل يمكن اتخاذها في مكان العمل لتعزيز إدارة القواعد الصحية للحَيْض. تشير الإدارة الملائمة للقواعد الصحية للحَيْض إلى الوسائل والخدمات والمعلومات الضرورية للفتيات والنساء في سن المَحِيض للتعامل بأمان وبفعالية مع حيضهن بدون خجل أو حرج. من الأهمية بمكان ملاحظة أن إدارة القواعد الصحية للحَيْض هي حقاً قضية متقاطعة بما يتعلق بالمياه والإصحاح والقواعد الصحية تتجاوز نطاق توفير مرافق القواعد الصحية، وتشمل الحصول على المياه الآمنة وتوفير مرافق الإصحاح. تتضمن الاعتبارات الرئيسية لإدارة القواعد الصحية للحَيْض في مكان العمل:

المراحيض

- ◀ وفّر مرافق المراحيض المنفصلة التي يمكن الوصول إليها من قِبَل كافة النساء، آخذاً بالحسبان العاملات المُعَوَّقات.
- ◀ إضمن أن المراحيض تقع في مكان آمن وتراعي الخصوصية، بما في ذلك وجود أقفال في القسم الداخلي من أبواب المراحيض.
- ◀ إضمن أن إضاءة المراحيض مناسبة من أجل تغيير مستلزمات الحَيْض.
- ◀ وفّر مرافق للتخلص من مستلزمات الحَيْض المُستخدمة؛ كسلة النفايات مع غطاء توضع داخل حجرة المراحيض - أو محرقة مرفقة. في حالة توفر سلة للنفايات، ثمة حاجة إلى نظام قائم لتفريغ سلة النفايات وضمان التخلص من الوسائل مع مراعاة القواعد الصحية.

مرافق الاغتسال

- ◀ وفّر مرافق للاغتسال يمكن لكافة العمال الوصول إليها.
- ◀ إضمن أن هذه المرافق تراعي الخصوصية بحيث تتمكن النساء من غسل أيديهن وأجسامهن ومستلزمات الحَيْض.

لماذا تحظى إدارة القواعد الصحية للحَيْض في العمل بالأهمية؟

تمثل النساء حوالي نصف سوق العمل العالمية، وتشكل اللاتي في سن المَحِيض (12-49 سنة) جزءاً كبيراً ومتنامياً من النساء العاملات في جميع أنحاء العالم. والحَيْض هو عملية فيزيولوجية (وظيفية) طبيعية وعلامة رئيسية للصحة الإنجابية؛ ولكن في بعض الثقافات، لا يزال يُنظر إليه على أنه مخجل ويحمل وصمة كبيرة.

وقد يكون ذلك على وجه الخصوص مشكلة في العمل، وغالباً ما تواجه النساء تحديات كثيرة عندما يتعلق الأمر بإدارة حيضهن خلال ساعات العمل. على سبيل المثال:

- ◀ مرافق المراحيض غير كافية و/أو لا تحقق القواعد الصحية.
- ◀ انعدام الخصوصية في المراحيض ومرافق الغسل.
- ◀ عدم وجود مرافق للتخلص من الرّفائد (المُوط) الصحية أو الملابس أثناء الحَيْض.
- ◀ نقص فرص إدارة القواعد الصحية للحَيْض عند الذهاب إلى العمل، أو العمل بعيداً عن مرافق المراحيض.
- ◀ عدم الحصول على الوسائل الصحية المناسبة.
- ◀ ازدياد خطر العدوى بسبب عدم إدارة الحَيْض على نحو مناسب.
- ◀ صعوبة مناقشة قضايا إدارة القواعد الصحية للحَيْض مع أصحاب العمل الذكور، كالحاجة إلى وقت إضافي للوصول إلى مرافق المراحيض.
- ◀ قد يكون للقبود الثقافية (كعدم قدرة النساء الحائضات على مغادرة المنزل) أثر على القدرة على الانخراط في الأنشطة المرتبطة بالعمل.



الشكل 1.5.3. إدارة القواعد الصحية للحَيْض.



© Graczyk H.

تنظيم مكان العمل

- ◀ وفر في العمل مستلزمات الحَيْض.
- ◀ تَطْمَّ جلسات لإذكاء الوعي بشأن إدارة القواعد الصحية للحَيْض موجهة للفتيات والنساء من قِبَل العاملين الصحيين.
- ◀ دَع الرجال يشاركون في إذكاء الوعي، لاسيما المدراء والمشرفين الذكور لزيادة إدراكهم لإدارة القواعد الصحية للحَيْض، كزيادة الوقت من أجل استخدام المرافق الصحية.
- ◀ عَزِّز بيئة داعمة حيث يمكن للفتيات والنساء إدارة الحَيْض بدون حرج أو وصمة.

نقطة للنشر:



تمثل النساء العاملات حوالي نصف القوى العاملة العالمية. إن ضمان الإدارة الملائمة للقواعد الصحية للحَيْض في مكان العمل لا تعزز صحة ورفاه الفتيات والنساء فحسب، لكن تسهم أيضاً في رفع معنوياتهن وإنتاجيتهن، بالإضافة إلى الحد من الوصمة الضارة المرتبطة بالحَيْض لكافة العاملات.

دليل عمل للحكومات: القواعد الصحية

□ خصّص التمويل/الميزانيات لإتاحة تعزيز القواعد الصحية في مكان العمل ولضمان المرافق المناسبة وصيانتها.

يجب أن يبدأ تعزيز القواعد الصحية في مكان العمل والحفاظ عليها بسياسات وقوانين فعّالة. ترمي نقاط التَحَقُّق التالية إلى إبلاغ الحكومات بمسؤولياتها وواجباتها لإدراج المسائل المرتبطة بالقواعد الصحية في مكان العمل في الإطار القائم للسلامة والصحة المهنية وتطوير حملات جديدة.

تذكير: تعاريف



◀ السياسة الوطنية. تشير إلى السياسة الوطنية بشأن السلامة والصحة المهنية وبيئة العمل التي وُضعت وفقاً لمبادئ المادة 4 من اتفاقية السلامة والصحة المهنية، 1981 (رقم 155)؛

◀ النظام الوطني للسلامة والصحة المهنية أو النظام الوطني. يشير إلى البنية التحتية التي توفر الإطار الرئيسي لتنفيذ السياسة الوطنية والبرامج الوطنية بشأن السلامة والصحة المهنية؛

◀ البرنامج الوطني بشأن السلامة والصحة المهنية أو البرنامج الوطني. يشير إلى أي برنامج وطني يتضمن أهدافاً يتعين تحقيقها في إطار زمني محدد سلفاً، وأولويات ووسائل لصياغة الإجراءات لتحسين السلامة والصحة المهنية، ووسائل لتقييم التقدم.

المصدر: اتفاقية الإطار الترويجي للسلامة والصحة المهنية، 2006 (رقم 187).

نقطة التَحَقُّق ح. 3.2. صَعِّق القوانين ومَكَّنْهَا مِنْ أَجْلِ القواعد الصحية فِي الْعَمَلِ



لماذا؟

يقع على عاتق الحكومات مسؤولية وضع القوانين بشأن المسائل المرتبطة بالقواعد الصحية في مكان العمل، بما في ذلك توفير أحواض الغسل (المَغاسِل)، وأماكن الاستحمام بالأدْوَاش، ومرافق غسل الملابس، والاعتبارات ذات الصلة بإدارة القواعد الصحية للحيض، والقواعد الصحية للغذاء. إن هذه القوانين ضرورية لأصحاب العمل والعمال على السواء لفهم حقوقهم وواجباتهم.

نقطة التَحَقُّق ح. 3.1. أدمج الاعتبارات المتعلقة بالقواعد الصحية لمكان العمل في سياسات ونظم وبرامج السلامة والصحة المهنية



لماذا؟

إن القواعد الصحية هي عامل رئيسي لا لتحسين صحة العمال فحسب، لكن أيضاً العائلات والمجتمعات. تُظهِر البَيِّنَةُ أن ازدياد ممارسة غسل اليدين مرتبط مباشرة بانخفاض معدلات انتقال المرض. تستطيع الحكومات أن تحدث أثراً ملموساً باتجاه أماكن العمل الصحية والمجتمعات الصحية بواسطة تعزيز تغيير السلوك المتعلق بالقواعد الصحية الشخصية من خلال المعلومات والتثقيف.

كيف؟

□ صَعِّع سياسات وبرامج وأنظمة وحملات خاصة بالقواعد الصحية. أدمج الرسائل بشأن أهمية ثقافة الوقاية المتعلقة بالسلامة والصحة التي يمتد نطاقها إلى ما هو أبعد من مكان العمل، أي المنزل والمجتمع. من الممكن أن يتضمن ذلك مبادرات بشأن:

- تعزيز غسل اليدين في العمل.
- إذكاء الوعي بشأن إدارة القواعد الصحية للحيض.
- الاستحمام بالدُّوَش في مكان العمل (بما في ذلك تصاميم تسهل الوصول إليها) وغسل الملابس للحد من نقل التعرضات إلى المنزل وأثرها على العائلات، لاسيما الأطفال الصغار.
- القواعد الصحية للغذاء في مكان العمل.

□ صَعِّع أهدافاً وغايات ومؤشرات للتقدم بشأن القواعد الصحية في العمل.

كيف؟

- صَع القوانين المتعلقة بالقواعد الصحية في مكان العمل وَحَدُّهَا دورياً، بما في ذلك:
 - متطلبات غسل اليدين في قطاعات عمل مختلفة.
 - عدد ونوع أحواض الغسل (المَغاسِل) وصيانتها.
 - عدد ونوع مرافق الاغتسال وصيانتها، مع الأخذ بعين الاعتبار العمال الذكور والعمالات، حسب الحاجة بالاستناد إلى قطاع العمل أو نشاطه.
 - الاعتبارات بشأن إدارة القواعد الصحية للحيض.
 - عدد ونوع والتصميم الخاص بمرافق الاغتسال في حالات الطوارئ، حسب الحاجة استناداً إلى قطاع العمل أو نشاطه.
 - متطلبات القواعد الصحية للغذاء، بما في ذلك الترخيص للعاملين في إعداد الطعام وتقديمه.
 - متطلبات غسل الملابس في مكان العمل، لاسيما المُلَوَّنة بالمواد الخطرة، مثلاً:
 - مبيدات الآفات والمواد الكيميائية الزراعية الأخرى
 - نفايات الحيوانات، كالروث والمُفَرَّغات السائلة
 - الطَّلَآت والمُذَيَّبات (المُجَلَّات) السامة
 - النفايات الطبية، ونفايات المخاطر البيولوجية (الحيوية)
 - الحريز الصخري (الأسبستوس) والمواد المُلَوَّنة بالحريز الصخري (الأسبستوس)

كيف؟

- نَظْمُ جلسات تشاور مع السلطات الإقليمية والمحلية للمياه وأقسام الأعمال العامة لضمان إجراءات توفير المياه الصالحة للشرب ومعالجة المياه العادِمة.
- إضْمِن الموارد الكافية للمعالجة الملائمة للمياه العادِمة للحد من أخطار التلوث البيئي.
- وَفِّر التدريب حسب الحاجة بشأن الأخطار المرتبطة بالقواعد الصحية.
- راقِب الخدمات المتعلقة بالقواعد الصحية لضمان الإِتِّساق في توفير المياه الصالحة للشرب ومعالجة المياه العادِمة.

نقطة التَحَقُّق ح. 3. 4. فَتَشَّ على توفر القواعد الصحية في العمل



لماذا؟

يعتبر تشييد مرافق الاغتسال التي يمكن الوصول إليها الخطوة الأولى لتعزيز القواعد الصحية في مكان العمل. مع ذلك، يجب أيضاً وجود نظام قائم لضمان توفر المرافق وأنها تُستخدَم على نحو ملائم.

كيف؟

- وَفِّر التدريب لإدارات تفتيش العمل بشأن القضايا الأساسية للقواعد الصحية في مكان العمل. يمكن أن تتضمن المواضيع:
 - طرائق إدارة القواعد الصحية الشخصية في مكان العمل.
 - أنواع وعدد أحواض الغسل (المَغاسِل) ومرافق الاغتسال ومواقع الاغتسال في حالات الطوارئ؛ بما في ذلك المرافق التي يمكن الوصول إليها والاعتبارات المتعلقة بنوع الجنس.
 - طرائق لغسل الملابس في مكان العمل استناداً إلى الاحتياجات الخاصة بحسب القطاع.
 - الاعتبارات بشأن إدارة القواعد الصحية للحيض.
 - ممارسات القواعد الصحية للغذاء.

- عَزَزِ الوقاية من أجل القضايا المرتبطة بالقواعد الصحية عبر:
 - توفير العون التقني للشركاء الاجتماعيين بشأن توفير مرافق الاغتسال واستخدامها.

نقطة التَحَقُّق ح. 3. 3. اِعْتَمِدْ وراقِب المياه لاحتياجات الاغتسال والتخلص من المياه العادِمة



لماذا؟

يجب أن تكون مياه الاغتسال في مكان العمل صالحة للشرب بحيث أن لا تشكل خطراً صحياً. يجب أيضاً جمع المياه العادِمة ومعالجتها بطريقة صحية. ينبغي للسلطة المختصة أن تعتمد وتراقب سلطة المياه وأقسام الأعمال العامة بما يتعلق بتوفير المياه الصالحة للشرب، بالإضافة إلى جمع المياه العادِمة لمكان العمل ومعالجتها.



- القيام بالزيارات التثقيفية المُخطَّط لها لإبلاغ الشركاء الاجتماعيين بواجباتهم بشأن إدارة القواعد الصحية في مكان العمل.
 - تقييم الخطط مع أصحاب العمل من أجل تصميم مرافق الاغتسال وتطويرها.
 - تعزيز حملات إذكاء الوعي بشأن القواعد الصحية المُحسَّنة، كغسل اليدين في مكان العمل وإدارة القواعد الصحية للحيض.
- فمُ بإنفاذ القوانين المتعلقة بالقواعد الصحية في العمل مُستخدماً العقوبات حسب الحاجة لتعزيز حماية العمال من الأخطار المرتبطة بالقواعد الصحية. يتضمن ذلك:
- توفير العدد والنوع والمعايير المناسبة لأحواض الغسل (المغاسل)، ومرافق الاغتسال، ومواقع الاغتسال في حالات الطوارئ، ومرافق غسل الملابس، بما في ذلك المرافق التي يمكن الوصول إليها حسب الحاجة استناداً إلى قطاع العمل أو نشاطه.
 - صيانة تلك المرافق.



الوحدة 3: القواعد الصحية قائمة التَّحَقُّق للحكومات



<p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>هل أُدرجت الاعتبارات المتعلقة بالقواعد الصحية لمكان العمل في سياسات ونُظُم وبرامج السلامة والصحة المهنية؟ (بما في ذلك الاعتبارات المتعلقة بأحواض الغسل (المغاسل)، والأدواش، وإدارة القواعد الصحية للحيض، والقواعد الصحية للغذاء، ومرافق الاغتسال في حالات الطوارئ، وخدمات غسل الملابس؟)</p>	<p>ح.3.1</p>
<p>أولوية <input type="checkbox"/></p>	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>هل وُضعت القوانين وتم تمكينها من أجل الأحكام المتعلقة بالقواعد الصحية في مكان العمل (بما في ذلك قوانين من أجل أحواض الغسل (مغاسل)، والاستحمام بالأدواش، وإدارة القواعد للحيض، والقواعد الصحية للغذاء، ومرافق الاغتسال في حالات الطوارئ، وخدمات غسل الملابس؟)</p>	<p>ح.3.2</p>
<p>أولوية <input type="checkbox"/></p>	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>هل تم اعتماد خدمات توفير المياه الصالحة للشرب والتخلص من المياه العادمة؟ هل يوجد نظام قائم لمراقبة هذه الخدمات؟</p>	<p>ح.3.3</p>
<p>أولوية <input type="checkbox"/></p>	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	
<p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>هل يوجد نظام قائم لتدريب إدارات تفتيش العمل بشأن الأخطار المرتبطة بالقواعد الصحية، ولضمان إجراء التفتيش منهجياً؟</p>	<p>ح.3.4</p>
<p>أولوية <input type="checkbox"/></p>	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات</p>	



دليل عمل لأصحاب العمل: القواعد الصحية

المبادئ التوجيهية العملية المتعلقة بأحواض الغسل (المغاسل)

◀ **وَفَرَّ عِدداً كافيًا.** ينبغي أن يكون عدد أحواض الغسل (المغاسل) كافياً استناداً إلى مكان العمل وعدد العمال. إن انتظار العمال كي يغسلوا أيديهم قد يجعلهم يحجمون عن غسل اليدين. تذكّر أن عدد أحواض الغسل (المغاسل) اللازمة قد يختلف من قطاع عمل لآخر (أنظر الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب).

إن أصحاب العمل في وضع فريد لتنفيذ القوانين التي تضعها السلطة المختصة بغية الحفاظ على أماكن عملهم بحالة صحية. يعني مكان العمل الصحي بيئة أكثر أماناً لا للعمال فحسب، لكن أيضاً لكافة الأشخاص في موقع العمل. على هذا النحو، لا ينبغي أن يُنظر إلى نقاط التَحَقُّق التالية على أنها واجبات، بل بوصفها مجالات عمل إيجابية يمكن أن تساعد على تعزيز الصحة الجماعية لمكان العمل.

نقطة التَحَقُّق أ.1.3. وَفَرَّ المرافق الضرورية للقواعد الصحية لليدين وفقاً للقوانين الوطنية



إرشاد للصناعات البحرية:



على الأقل حوض غسل (مغسلة) واحد، يقع بمكان ملائم، لكل ستة أشخاص أو أقل لا تُتاح لهم مرافق شخصية لذلك.

المصدر: اتفاقية العمل البحري، 2006، الباب الثالث.

◀ **إِضْمِنْ إمكانية الوصول.** وَفَرَّ تصاميم يمكن الوصول إليها من قِبَل الأشخاص المُعَوَّقين والأشخاص غير القادرين على استخدام التصاميم المعيارية.

◀ **وَفَرَّ مياهًا جارية صالحة للشرب.** ينبغي أن لا تشكل المياه المُستخدَمة لغسل اليدين خطراً صحياً على العمال. في حالة عدم توفر المياه الصالحة للشرب لغسل اليدين، وتُستخدَم مياه غير صالحة للشرب، فإنه ينبغي وضع شارات واضحة مُميّزة بحيث أن لا يحصل التباس بينها وبين المياه المناسبة للشرب. ينبغي دوماً أن تكون المياه من مصدر جارٍ، كما لا ينبغي أن تكون راكدة. وينبغي توفير مياه جارية باردة وساخنة، عند الضرورة، استناداً إلى المبادئ التوجيهية الخاصة بالقطاع. (أنظر الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب).

إرشاد للمنشآت الثابتة في عرض البحر:



«على الأقل حوض غسل (مغسلة) واحد بمياه جارية ساخنة وباردة لكل ستة أشخاص.»

لماذا؟

تعتبر القواعد الملائمة للصحة لليدين سبيلاً فعالاً للوقاية من انتشار المرض في مكان العمل؛ والخطوة الأولى هنا لضمان مشاركة العمال في ممارسات القواعد الصحية الشخصية هي لتوفير مرافق غسل اليدين وفقاً للقوانين المقررة؛ فقد يحد ذلك من خطر إصابة العامل بالمرض، وبالتالي تعزيز إنتاجية العامل.

كيف؟

- ◻ عُدْ إلى القوانين الوطنية (إن وجدت) المتعلقة بأحواض الغسل (المغاسل) حيث أنها قد تختلف من بلد لآخر. يرد أدناه المبادئ التوجيهية العملية.
- ◻ ضَعْ خطة وتصميم لتوفير مرافق غسل اليدين في وقت مبكر إذا كان ذلك ممكناً.
- ◻ استعرض الخطة مع السلطة المحلية المختصة قبل التشييد لضمان أن الخطة تفي بالقوانين في بلدك.
- ◻ طَوِّر التواصل الشفاف مع السلطات المحلية المعنية بالمياه من أجل توفير المياه الصالحة للشرب التي تُستخدَم للاغتسال ومن أجل التخلص من المياه العادمة، وحافظ على هذا التواصل.
- ◻ عُدْ إلى توصيات منظمة العمل الدولية بشأن أحواض الغسل (المغاسل) استناداً إلى قطاع العمل (أنظر الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب).



◀ **وَفِرِ الإِضَاءَة.** من أجل الراحة والسلامة، ينبغي توفير الإضاءة الطبيعية أو الاصطناعية.

◀ **وَفِرِ زَمناً كافيًا لغسل اليدين.** رغم أن غسل اليدين لا يستغرق وقتاً طويلاً، فإنه ينبغي أن يشعر العمال بالحرية أثناء غسل أيديهم بشكل مريح، وأن لا يشعروا بالانضغاط بسبب أن ثمة وقت ضائع من العمل ناشئ عن غسل اليدين.

◀ **إِضْمِنْ أن مرافق الغسل (المغاسل) لا تُستخدَم لأي غرض آخر.** لا ينبغي أن تُستخدم أحواض الغسل (المغاسل) لتنظيف أشياء أخرى بسبب احتمال التلوث. ينبغي الحفاظ على أحواض الغسل (المغاسل) نظيفة، كما ينبغي أن تكون جاهزة للاستخدام من قِبَل العمال.

◀ **إِضْمِنْ الوسائل الكافية لإزالة المياه العادمة.** قد تحمل المياه الناتجة عن غسل اليدين المتسخين معها جراثيم أو مواد خطيرة أخرى. ينبغي لأصحاب العمل أن يوفرُوا وسائل لإزالة المياه العادمة إلى مواقع التخلص الملائم، أو المعالجة.

القواعد الصحية لليدين في قطاع الرعاية الصحية:



إن القواعد الصحية لليدين في مواقع الرعاية الصحية بالغة الأهمية بسبب التعرض للوسائل البيولوجية (الحيوية) البشرية، كالدُم. قد يحمل الدم أنواعاً مختلفة عديدة من الجراثيم التي يمكن أن تؤدي إلى المرض. لمزيد من المعلومات، أنظرُ ILO/WHO HealthWISE Action Manual. ILO: Geneva, 2014

المصدر: *Safety and health in agriculture: an ILO code of practice.* Geneva: ILO, 2010. أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد.

المصدر: *Construction of fixed offshore installations in the petroleum industry: an ILO Code of practice.* Geneva: ILO, 1981

◀ **وَفِرِ الصابون أو بدائل عنه.** ينبغي توفير الصابون أو عوامل التنظيف المُعتمَدة الأخرى بجودة كافية، ولا ينبغي أن يكون مهيجاً للجسم. لا توفرُ عوامل التنظيف غير المُعتمَدة من قِبَل السلطة المختصة لأنها قد تسبب ضرراً.

◀ **زَوِّدْ بالتعليمات.** ضع شارات بشأن سلوك غسل اليدين على نحو ملائم في موقع غسل اليدين، كالمواد التي انتجتها منظمة الصحة العالمية (WHO) الواردة في الدليل 1.1.

◀ **وَفِرِ مرافق تحفيف ملائمة.** إن اليدين الرطبتين زَلَقَتَان ويمكن أن تسببا حوادث غير مقصودة. ينبغي توفير المناشف فردية الاستخدام (ورق أو مادة أخرى)، أو المُجفِّفات الهوائية.

◀ **إِضْمِنْ المكان الملائم.** ينبغي أن تُتاح أحواض الغسل (المغاسل) إلى كافة العمال، في كافة الأوقات، وفي كل مكان عمل. ينبغي أن تكون قريبة جداً من مرافق المراحيض، بالإضافة إلى أماكن أخرى حيث يمكن أن تحدث التعرضات الخطرة (أنظر الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب).

غسل اليدين في العمليات التي تتطلب ملامسة الحيوانات:



ينبغي توفير أحواض الغسل (المغاسل) بالإضافة إلى الأماكن الأخرى القريبة من مرافق المراحيض، في حالة أن التعرض قد يسبب خطراً صحياً على العمال؛ كمثال على ذلك؛ أماكن تواجد الحيوانات أو الأماكن التي يتطلب العمل فيها ملامسة الحيوانات.

◀ ينبغي لصاحب العمل أن يشجع على غسل اليدين المنتظم كتدبير فعال ضد العديد من العوامل المُمرِضة التي تسهم بانتقال الأمراض حيوانية المصدر.

◀ ينبغي توفير الماء والصابون والمواد المُطَهِّرة والمناشف فردية الاستخدام في الأماكن التي تُعزَل فيها الحيوانات المصابة بالعدوى أو يُشْتَبه بإصابتها بها.

المصدر: *Safety and health in agriculture: an ILO code of practice.* Geneva: ILO, 2010. أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد.

بسبب التأخر بإزالة المواد الخطرة أثناء الاغتسال. ينبغي لنوع المرافق أن يتيح للعمال الوفاء بمعايير القواعد الصحية الشخصية بما يتفق مع التحكم المناسب بالتعرض والحاجة إلى تفادي انتشار المواد الكيميائية الخطرة على الصحة. أنظر الوحدة 1 من أجل الإرشاد استناداً إلى قطاع العمل.

◀ **إِضْمِنِ الْخُصُوصِيَّةَ.** يجب أن توفر مرافق الاغتسال الخصوصية المناسبة، كما ينبغي لذلك أن تكون منفصلة للرجال والنساء. وتعتبر مناطق الاغتسال المنفصلة أساسية لتعزيز الاحترام والكرامة في العمل.

◀ **وَفِّرْ مِيَاهاً جَارِيَةً صَالِحَةً لِلشَّرْبِ.** تستطيع المياه الملوثة أن تسبب عدوى (حَمَجاً) للأشخاص أثناء الاستحمام بالذُّوش عبر الدخول إلى العينين والفم. ينبغي أن تكون جودة مياه الاغتسال كجودة مياه الشرب. ينبغي توفير المياه الجارية الدافئة والباردة لضمان راحة العمال وسلامتهم وللتنظيف الأكثر كفاءة للجسم.

◀ **وَفِّرِ الصَّابُونَ.** ينبغي توفير الصابون أو عوامل التنظيف المُعْتَمَدَةِ الأخرى بجودة كافية، ولا ينبغي أن تسبب تهيج الجسم. ينبغي أن تُمنَع في مرافق الاغتسال عوامل غير المُعْتَمَدَةِ للاستخدام، كالمُذْيَبَاتِ (المُجَلَّاتِ) السامة.

◀ **وَفِّرْ مَرافِقَ التَّجْفِيفِ الْمُناسِبِ.** ينبغي أن يكون لكل عامل منشفته الخاصة به للاستخدام الشخصي للتجفيف بعد الاستحمام بالذُّوش أو الاغتسال. لا ينبغي للعمال أن يشاركوا بالمناشف، كما ينبغي أن تُغسَل بفترات منتظمة.

◀ **إِضْمِنِ الْمَوْقِعَ الْمُناسِبِ.** ينبغي أن تكون مرافق الاغتسال متاحة بسهولة لكل شخص في مكان العمل، ولكن أيضاً لا ينبغي أن تقع في مكان يجعلها عرضة للتلوث بملوثات مكان العمل.

◀ **إِضْمِنِ الْإِضَاءَةَ.** ينبغي توفير الإضاءة الطبيعية و/أو الاصطناعية من أجل الراحة والسلامة.

◀ **إِمنَحْ وَقْتاً كافيّاً للاغتسال.** إن الطلب من العمال الإسراع أثناء الاستحمام بالذُّوش قد يجعل العمال يشعرون أنه ليس لديهم الوقت الكافي للاستحمام بالذُّوش أو للاستحمام بالذُّوش على نحو مناسب، وبالتالي يزداد خطر المشاكل المتعلقة بالقواعد الصحية.

نقطة التَّحَقُّقِ أ.2.3. وَفِّرْ مَرافِقَ الاغتسال وفقاً للقوانين الوطنية



لماذا؟

بالإضافة إلى اليدين، يمكن للوجه ولأجزاء الجسم الأخرى أن تتعرض لملوثات مكان العمل. ينبغي لأصحاب العمل أن يوفرُوا مرافق الاغتسال عندما يتطلب ذلك نشاط العمل أو قطاعه، وذلك لحماية صحة العمال. يساعد توفير مرافق الاغتسال على حماية صحة العمال، بالإضافة إلى صحة الآخرين وما حول مكان العمل.

كيف؟

◻ عُدْ إلى القوانين الوطنية المتعلقة بمرافق الاغتسال لأنها قد تختلف من بلد لآخر. ترد في القسم أدناه المبادئ التوجيهية العملية.

◻ صَغْ خطة وتصميماً لتوفير مرافق الاغتسال في وقت مبكر إذا كان ذلك ممكناً. إضْمِنْ أن تلك المرافق تحتوي على تصاميم يسهل الوصول إليها.

◻ استعرض الخطة مع السلطة المحلية المختصة قبل التشييد لضمان أن الخطة تفي بالقوانين في بلدك.

◻ طَوَّرْ تواصلًا شفافاً مع السلطات المحلية المعنية بالمياه أو المعنيين من القطاع الخاص لتوفير المياه الصالحة للشرب لاستخدامها في الاغتسال وللتخلص من المياه العادمة.

◻ عُدْ إلى صكوك منظمة العمل الدولية للحصول على التوصيات بشأن مرافق الاغتسال استناداً إلى قطاع العمل في «مدخل» هذا الكتاب.

المبادئ التوجيهية بشأن مرافق الاغتسال

◀ **وَفِّرِ الْعِدَدَ وَالنَّوْعَ الْمُناسِبِينَ، بما في ذلك المرافق التي يمكن الوصول إليها.** ينبغي أن يكون عدد مرافق الاغتسال كافياً استناداً إلى مكان العمل وعدد العمال. إن الانتظار من قِبَلِ العمال ليس مزعجاً لهم فحسب، لكن قد يكون أيضاً خطيراً

مبادئ توجيهية بشأن مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ

إِضْمِنْ العدد والنوع المناسبين. تعتمد الحاجة إلى مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ على المواد الكيميائية ومهام العمل. إن اختيار الحماية؛ سواء أكانت دُوشاً لحالات الطوارئ، أو موقعاً لغسل الوجه أو العينين، أو كليهما، فإنه ينبغي أن يتلاءم مع المخاطر. كما ينبغي أيضاً أن يكون عدد مواقع الاغتسال ونوعها وفقاً للقوانين الوطنية.

إِضْمِنْ أنها في موقع استراتيجي. يمكن أن يحدث الضرر على الجسم أو الوجه أو العينين بسرعة كبيرة. أقم الأدواش لحالات الطوارئ في مكان يُمكن من إزالة التلوث على الفور في حالات الطوارئ.

إِضْمِنْ المياه الجارية الصالحة للشرب. ينبغي للمياه المُستخدمة في الأدواش لحالات الطوارئ أن تكون بجودة مياه الشرب الآمنة. يمكن استخدام أنواع أخرى من السوائل، كالمحاليل الملحية في بعض الحالات؛ ينبغي الرجوع إلى القوانين الوطنية.

إِضْمِنْ أن مرافق الاغتسال لا تُستخدم لأي غرض آخر. إمنع غسل مواد مكان العمل في مناطق الاستحمام بالدُوش والاغتسال المُصمَّمة خصيصاً لـ اغتسال الأشخاص.

إِضْمِنْ الوسائل المناسبة لإزالة المياه العادمة. ينبغي للمياه الناتجة عن مرافق الاغتسال أن تُزال بأمان من المكان بحيث أن لا تلوث مصادر المياه الصالحة للشرب أو البيئة.

نقطة التَّحَقُّق أ.3.3. وَفَر مواقع للاغتسال في حالات الطوارئ وفقاً للقوانين الوطنية



لماذا؟

قد تحدث حالات الطوارئ على نحو غير متوقع في مكان العمل. عندما يتعلق الأمر بالحوادث، كتناثر المواد الكيميائية، فإن الوقت هو كل شيء. توفر مرافق الاغتسال في حالات الطوارئ إزالة للتلوث فوراً، مما يحد على نحو محتمل من أخطار الآثار الصحية الضارة الناجمة عن الانسكابات.

المخطط التسلسلي الهرمي لإجراءات التحكم



تعتبر إجراءات التحكم الهندسية ومعدات الوقاية الشخصية التي تقلل إلى أدنى حد ممكن تعرض الجسم والعيّن للمواد الكيميائية الضارة أفضل السُّبل للحماية من الإصابات. ومع ذلك، إن إجراءات التحكم الهندسية والوسائل الشخصية لحماية العينين ليست دوماً كافية. يمكن للحوادث وحالات الطوارئ أن تقع، وهي مفاجئة غير متوقعة؛ وبالتالي، يجب أن تكون معدات الاغتسال في حالات الطوارئ متوفرة في أماكن العمل حيثما يوجد خطر التعرض للمواد الكيميائية الخطرة.

كيف؟

- قُمْ بإجراء تقييم للخطر في مكان العمل لتحديد أين يمكن أن تقع الحوادث، وبالأخص التناثرات الكيميائية.
- صمِّم خططاً لمواقع الاغتسال في حالات الطوارئ استناداً إلى تقييم الخطر في مكان العمل ووفقاً للقوانين الوطنية. ترد أدناه بعض المبادئ التوجيهية العملية.
- قُمْ بإجراء تَحَفُّقات منتظمة لمواقع الاغتسال في حالات الطوارئ للتأكد من أنها تعمل على نحو ملائم.
- ضَع تعليمات واضحة بشأن كيفية استخدام مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ.

غسل معدات الوقاية الشخصية الملوثة:



أثناء غسل معدات الوقاية الشخصية، ينبغي لأصحاب العمل أن يأخذوا بعين الاعتبار إمكانية التلوث البيئي بسبب غسل معدات الوقاية الشخصية.

- ◀ ينبغي اتباع بروتوكولات مناسبة عند غسل الملابس التي يحتمل أن تكون ملوثة لضمان أن الملابس الأخرى المستخدمة في موقع العمل غير ملوثة.
- ◀ ينبغي إدارة تدفقات المياه المستخدمة لغسل الملابس الملوثة لتفادي تلوث مصادر المياه.
- ◀ لا ينبغي أن تُغسل الملابس الملوثة في مياه مكشوفة.

المصدر: Safety and health in agriculture: an ILO code of practice. Geneva: ILO, 2010. أصدر المعهد العربي للصحة والسلامة المهنية بدمشق الترجمة العربية لهذه المدونة بعنوان السلامة والصحة في الزراعة، 2014، وهي متاحة على موقع المعهد.

نقطة التَحَقُّق أ. 5.3. إضامن التدابير المناسبة المتعلقة بالقواعد الصحية للغذاء



لماذا؟

يمكن أحياناً للطعام الملوّث أن يسبب مرضاً للعمال خلال دقائق، كما يمكن أن يؤدي إلى فاشيات من المرض على نطاق واسع التي يمكن أن يتوسع نطاقها ليصل إلى المجتمع. ينبغي لأصحاب العمل أن يقاربوا موضوع الطعام الآمن كما يقاربون الجوانب الأخرى للسلامة والصحة المهنيين، كما ينبغي أن يتذكروا أن ذلك يمكن أن يعزز إنتاجية العامل.

كيف؟

- ◻ عزز القواعد في مكان العمل استناداً إلى الوصايا الخمس لغذاء أكثر أماناً، وقم بإنفاذ تلك القواعد.
- ◻ قم بعرض الوصايا الخمس لغذاء أكثر أماناً في ملصق جداري (بوستر) في أماكن إعداد الطعام ومرافق تقديمه.
- ◻ إضامن أن أحواض الغسل (المغاسل) ومرافق الغسل الأخرى، عند الضرورة، متوفرة وتُصان لضمان القواعد الصحية المتعلقة باليدين والجسم بغية الحد من تلوث الغذاء.

نقطة التَحَقُّق أ. 4.3. إضامن التدابير المناسبة المتعلقة بالقواعد الصحية بشأن ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية



لماذا؟

يمكن للمواد الخطرة، حتى بكميات قليلة، المتوضعة على ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية أن تكون خطيرة على صحة الإنسان. إن أصحاب العمل مسؤولون عن إدارة ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية، حيث يشتمل ذلك على إدارتها المناسبة بعد الاستخدام، سواء أكان ذلك غسلها أو التخلص منها.

كيف؟

- ◻ عدُ إلى القوانين الوطنية أو تعليمات المُصنِّعين من أجل تنظيف ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية بعد استخدامها، أو التخلص منها.
- ◻ ضَع خطة وتصميماً لإدارة وتنظيف ملابس العمل أو معدات الوقاية الشخصية في وقت مبكر، واستعرض الخطة مع السلطة المحلية المختصة.
- ◻ وفّر مرافق منفصلة لتغيير الملابس ومناطق لتخزين الملابس الشخصية للقضاء على خطر التلوث. إضامن أن المرافق منفصلة للرجال والنساء.
- ◻ إمنع العمال من أخذ ملابس العمل الملوثة ومعدات الوقاية الشخصية إلى المنزل. ولا ينبغي بأي ظرف أن يُسمَح للعمال بأخذ ما يتعلق بالعمل إلى المنزل لغسله في المنزل.
- ◻ وفّر ما يلزم لغسل معدات الوقاية الشخصية الملوثة وتنظيفها وتطهيرها (عند الضرورة) قبل إعادة استخدام الملابس أو المعدات. ينبغي أن يتوفر ذلك بدون أي تكلفة على العامل.
- ◻ أبلغ أقسام غسل الملابس بالاحتياطات اللازمة للتعامل مع الملابس الملوثة.
- ◻ عدُ إلى صكوك منظمة العمل الدولية للحصول على التوصيات بشأن معدات الوقاية الشخصية الملوثة ومرافق تغيير الملابس في «مدخل» هذا الكتاب.

- عزز بيئة داعمة حيثما تستطيع الفتيات والنساء إدارة الحيض دون حرج أو وصمة.

نقطة التَّحَقُّقُ أ. 7.3. أدرج المعلومات بشأن القواعد الصحية الشخصية في البرامج التدريبية في مكان العمل



- وفر المرافق الصحية المتعلقة بخدمات الطعام عند الضرورة. إضمن أن تكون متاحة لكافة العمال، ولكن أيضاً ضمن مسافة آمنة بعيداً عن المواد أو الأنشطة الخطرة.

- إضمن أن القائمين بخدمات الطعام مُدرَّبون بشأن القواعد الصحية للغذاء وسلامته.

نقطة التَّحَقُّقُ أ. 6.3. إضمن توفر المستلزمات والمرافق والخدمات المناسبة لإدارة القواعد الصحية للحيض



لماذا؟

من المرجح أن يقل خطر إصابة العمال بالمرض، وأن يحموا العمال الآخرين حولهم إذا ما أُبلغوا بشأن كيفية الحفاظ المناسب على القواعد الصحية الشخصية.

لماذا؟

تشكل الفتيات والنساء في سن الحيض جزءاً كبيراً من القوى العاملة في جميع أنحاء العالم؛ ويعزز صحتهم ورفاههم، كما يرفع معنوياتهم ويزيد من إنتاجيتهم ضمان تلبية احتياجاتهم الصحية المتعلقة بالحيض من خلال توفر مرافق المراض والغسل والتخلص من مستلزمات الحيض والاعتبارات المتعلقة بإذكاء الوعي.

كيف؟

- أدرج تعزيز القواعد الصحية في البرامج التدريبية لمكان العمل. تتضمن المواضيع. بالنسبة لكافة القطاعات:
 - أهمية غسل اليدين المنتظم، فضلاً عن أوقات غسل اليدين بالغة الأهمية.
 - الحاجة لعادات القواعد الصحية الشخصية الجيدة في المنزل والعمل على السواء.
 - مكان أحواض الغسل (المغاسل) ومرافق الاغتسال ومرافق غسل الملابس.
 - مكان مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ، والتشغيل الصحيح لها.
 - متطلبات سلامة الغذاء وقواعده الصحية، لاسيما للقائمين على التعامل مع الطعام وتقديمه.
 - أهمية إدارة القواعد الصحية للحيض.
 - زوّد بالتعليمات الخاصة بإدارة القواعد الصحية الشخصية.

- استناداً إلى قطاع مكان العمل وظروفه؛ عد إلى الجدول المقابل في «مدخل» هذا الكتاب للحصول على التعليمات الخاصة.

كيف؟

- وفر إمكانية وصول كافة النساء إلى مرافق المراض المنفصلة. تأكد أن للمراحيض قفلاً في الداخل لضمان الخصوصية، والإضاءة المناسبة من أجل الراحة.

- وفر وسائل صحية للتخلص من مستلزمات الحيض.

- وفر إمكانية الوصول إلى مرافق الاغتسال المنفصلة، بما في ذلك أحواض الغسل (المغاسل) ومناطق للأدواش/ للاغتسال الأخرى. إضمن الخصوصية بشأن غسل مستلزمات الحيض و/ أو تجفيفها.

- وفر إمدادات مستلزمات الحيض في مكان العمل.

- نظم جلسات لإذكاء الوعي بشأن إدارة القواعد الصحية للحيض للفتيات والنساء من قبل عاملين صحيين.

- دع الرجال يشاركون في إذكاء الوعي، لاسيما المدراء والمشرفين الذكور، بغية زيادة إدراكهم بشأن احتياجات إدارة الحيض في مكان العمل، كمنح مزيد من الوقت لاستخدام المرافق الصحية.



كيف؟

- صمّم نظاماً فعالاً وموثوقاً به لتسجيل الحوادث والأحداث والأمراض والحوادث المرتبطة بالقواعد الصحية؛ أو أدرج المسائل ذات الصلة بالقواعد الصحية في نظامك القائم. يمكن أن تتضمن الأمثلة:
 - سوء أداء مرافق الاغتسال
 - فاشية أمراض مرتبطة بالقواعد الصحية
 - الغسل أو التعامل غير المناسب مع معدات الوقاية الشخصية الملوّثة
 - أخذ ملابس العمل الملوّثة إلى المنزل
- صمّم نظاماً شفافاً للإبلاغ عن الأحداث إلى السلطات المحلية.

أهمية التدريب في مكان العمل بشأن الاغتسال في حالات الطوارئ



يمكن أن تحدث في أي وقت حالات الطوارئ الناجمة عن التناثرات الكيميائية، وإن العامل الذي بإمكانه شطف جسمه وعينه بسرعة أكبر هو أكثر استجابة للمعالجة. تذكر:

- ◀ أن كل عامل بحاجة إلى تدريب واضح بشأن الاستخدام الصحيح للأدواش لحالات الطوارئ أو مواقع غسل العينين ومكانها.
- ◀ أن لا تفترض أن العمال على علم بالموقع أو الإجراءات المناسبة.
- ◀ أن تُصمّم التدريبات التفاعلية والواقعية لحالات الطوارئ، كالحفّر «من خلال التدريب العملي» بشأن كيفية العثور على المعدات.
- ◀ أن تُذكر العمال بأنه يجب أولاً نزع العدسات اللاصقة في العينين لرحض العينين على نحو مناسب في حالة استخدام أدواش غسل العينين.

نقطة التّحقُّق أ.3.8. سجل الحوادث والأحداث والأمراض والحوادث المرتبطة بالقواعد الصحية، وأبلغ عنها



لماذا؟

إن تتبع الأحداث المرتبطة بالقواعد الصحية في مكان العمل يوفر معلومات هامة لك بصفتك صاحب عمل بشأن كيفية تنفيذ التحسينات في مكان العمل. إن ذلك يتيح أيضاً للسلطة المختصة إدراك الاتجاهات المحلية والإقليمية نحو جهود الوقاية والتثقيف.



الوحدة 3: القواعد الصحية قائمة التَّحَقُّق لأصحاب العمل



<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تفي مرافق غسل اليدين المتوفرة باشتراطات القوانين الوطنية؟</p>	<p>أ.3.1</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تفي مرافق الاستحمام بالدُّوش المتوفرة باشتراطات القوانين الوطنية؟</p>	<p>أ.3.2</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل تفي المرافق المتوفرة للاغتسال في حالات الطوارئ باشتراطات القوانين الوطنية؟</p>	<p>أ.3.3</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل التدابير الصحية المناسبة قائمة من أجل إدارة ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية الملوّثة، أو غسلها، أو التخلص منها؟</p>	<p>أ.3.4</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p>	
<input type="checkbox"/> نعم <input type="checkbox"/> لا	<p>هل التدابير الصحية المناسبة المتعلقة بالغذاء قائمة؟</p>	<p>أ.3.5</p>
<input type="checkbox"/> أولوية؟	<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p>	



<p>هل المستلزمات والمرافق والخدمات المناسبة متوفرة من أجل إدارة القواعد الصحية للحَيْض؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>أ.3.6</p>
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات:</p> <p>.....</p>	
<p>هل أُدرجت في البرامج التدريبية لمكان العمل المعلومات بشأن الأخطار المرتبطة بالقواعد الصحية والممارسات الصحية المناسبة؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>أ.3.7</p>
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات:</p> <p>.....</p>	
<p>هل يوجد نظام شفاف وموثوق به لتسجيل الحوادث والأحداث والأمراض والحوادث المرتبطة بالقواعد الصحية، وللإبلاغ عنها؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	<p>أ.3.8</p>
<p>هل تقترح أي إجراء؟</p> <p>اقتراحات:</p> <p>.....</p>	



دليل العمل للعمال: القواعد الصحية



- إغسل يديك وجسمك بالصابون والعوامل المُعتمَدة الأخرى، لكن لا تستخدم على الإطلاق المواد الخطرة.
- استخدم منشفتك الخاصة بك للتجفيف ولا تدع العمال الآخرين يتشاركون معك بها.
- استخدم مرافق الاغتسال للغرض الذي صُممت من أجله.
- حافظ على مرافق الاغتسال في الحالة التي وجدتتها عليها بغية الحفاظ على حالة النظافة.
- كن على بينة بشأن مواقع الاغتسال في حالات الطوارئ وتدرّب على كيفية استخدامها.

نقطة التَّحَقُّق ع. 2.3. إمتثل لقواعد مكان العمل المتعلقة بإدارة القواعد الصحية لملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية



لماذا؟

يعتبر العمال مسؤولين عن الامتثال للقواعد المتعلقة بإدارة ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية، حيث من المحتمل أن تحمل مواد خطرة وينبغي التعامل معها وفقاً للتعليمات المناسبة لتعزيز القواعد الصحية الشخصية، وللحد أيضاً من التعرضات الناجمة عن أخذها إلى المنزل.

كيف؟

- إبقَ مطلعاً على قواعد مكان العمل المتعلقة بإدارة ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية.
- سَلْ مشرفك عن المعلومات في حالة عدم وضوح قواعد إدارة ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية.

للعمال الحق بمكان عمل آمن وصحي. ومع هذا الحق تأتي مسؤولية اتخاذ الإجراءات الشخصية المناسبة للحفاظ على القواعد الصحية في مكان العمل، كغسل اليدين والإبلاغ عن الأخطار المرتبطة بالقواعد الصحية. مع العمال وممثلي العمل ومنظمات العمال بالإمكان استخدام نقاط التَّحَقُّق الواردة أدناه لتعزيز القواعد الصحية في مكان العمل والحد من إصابة العمال بالأمراض، وتعزيز المعنويات والرعاية والإنتاجية في مكان العمل.

نقطة التَّحَقُّق ع. 1.3. إمتثل للقواعد في مكان العمل المتعلقة باستخدام مرافق الاغتسال وصيانتها



لماذا؟

يعتبر غسل اليدين والاستحمام باليدوش طريقتان فعالتان للحد من التعرض للجراثيم والمواد الخطرة في مكان العمل. عندما يطبق العمال القواعد الصحية الجيدة، فإنهم لا يحمون صحتهم فحسب، لكن أيضاً صحة عائلاتهم وزملائهم العمال.

كيف؟

- إبقَ مطلعاً على قواعد مكان العمل المحددة التي يضعها صاحب عملك المتعلقة بغسل اليدين والاستحمام باليدوش، وإتبع تلك القواعد.
- شارك في الدورات التدريبية التي ينظمها صاحب عملك أو منظمتك العمالية.
- سَلْ مشرفك عن المعلومات في حالة عدم وضوح القواعد الصحية في مكان العمل.
- شجّع العاملين الشباب لتطوير عادات القواعد الصحية الآمنة، وإدعهم.
- إغسل يديك بفترات منتظمة بحسب التعليمات، ولا سيما في اللحظات بالغة الأهمية.
- عُدْ إلى جدول «قَبْلَ» و«بَعْدَ» في الدليل التدريبي.
- قُمْ بالاستحمام باليدوش أو اغتسل عند الضرورة للحد من المشاكل المتعلقة بالقواعد الصحية.

كيف؟

- إتبع الوصايا الخمس لغذاء أكثر أماناً.
 - اغسل يديك بالماء والصابون (أو بدائله) قبل التعامل مع الطعام أو إعداده أو تقديمه أو تناوله. اغتسل أو قم بالاستحمام بالдуш إذا لزم الأمر، وضع ملابس العمل المتسخة بعيداً عن أماكن تناول الطعام.
 - أفضل بين الطعام النقي والطعام المطهّر.
 - أطفء الطعام طهيًا جيداً لقتل الجراثيم.
 - حافظ على طعامك في درجات حرارة آمنة (في الثلاجة)، عند الضرورة.
 - استخدم مياهاً صالحة للشرب لغسل المواد الغذائية وأواني الطهي وللطهي.

- تناول الطعام في أماكن مخصصة لذلك حصراً. لا تناول الطعام أو المشروبات في مناطق العمل التي قد تحتوي على المخاطر.

- امثل للقواعد المتعلقة بخدمات الغذاء الآمن والصحي إذا كنت تعمل في قطاع خدمات الطعام.

نقطة التّحقّق ع. 3. 4. قم برصد الأخطار المرتبطة بالقواعد الصحية، وأبلغ عنها



لماذا؟

يمكن لظروف مكان العمل أن تتغير سريعاً وعلى نحو غير متوقع. وإن البقاء على بينة بشأن الأخطار الصحية والسلوكيات الخطرة والإبلاغ عنها عند الضرورة يساعد على ضمان الحفاظ على مكان عمل صحي وعلى أَساقه.

كيف؟

- تَوخّ الحذر بشأن ظروف مكان العمل غير الصحية:
 - مرافق الاغتسال المعطوية، أو غير المُصانّة.
 - عدم وجود الصابون أو المناشف في مرافق الاغتسال.
 - ملابس العمل المُلوّنة أو معدات الوقاية الشخصية المُخزّنة في مرافق تغيير الملابس مع الملابس النظيفة.
 - عدم وجود خدمات ومرافق إدارة القواعد الصحية للحِصص.

إذا قمت بتغيير ملابسك وبالأستحمام بالдуш في العمل:

- ضع ملابسك الشخصية بشكل منفصل عن ملابس مكان العمل لتفادي التلوث؛ على سبيل المثال، في مرافق مختلفة لتغيير الملابس أو في خزائن مختلفة.
- اغتسل لإزالة الملوثات عن يديك وجسمك قبل ارتداء ملابسك الشخصية بعد انتهاء يوم العمل.
- دَع كافة ملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية في مكان العمل بغية إدارتها من قِبَل صاحب العمل. لا تأخذ ملابس العمل أو معدات الوقاية الشخصية إلى منزلك لغسلها هناك.

إذا لم تقم بتغيير ملابسك أو بالاستحمام بالдуш في العمل:

- استخدم معدات الوقاية الشخصية التي وفرها صاحب العمل للحد من تعرضات ملابسك في مكان العمل.
- اخلع حذاء العمل خارج منزلك، وبذلك لن تجلب ملوثات مكان عملك إلى منزلك.
- غيّر ملابسك الشخصية حالما تصل إلى منزلك، ومن الناحية المثالية قبل التآثر مع عائلتك، لاسيما أطفالك.
- اغسل يديك أو قم بالاستحمام بالдуш حالما تصل إلى منزلك.

- في حالة اضطرارك لغسل ملابس العمل في منزلك، اغسلها في أقرب وقت ممكن وبشكل منفصل عن ملابس عائلتك، حيث أن ذلك يحول دون حدوث التلوث.

نقطة التّحقّق ع. 3. 3. امثل لقواعد مكان العمل المتعلقة بالقواعد الصحية للغذاء



لماذا؟

تستطيع الجراثيم والمواد الكيميائية الانتقال بسهولة إلى الطعام أثناء إعداده أو تقديمه أو تناوله. يستطيع المرض المنقول بالغذاء أن يجعلك سقيماً بسرعة وأن يسبب مرضاً وغياباً عن العمل لا لزوم لهما.

إدارة القواعد الصحية للحَيْض



للفتيات والنساء في مكان العمل الحق بالخدمات والمرافق في مكان العمل المتعلقة بالإدارة المناسبة الصحية للحَيْض. ينبغي أن تشعر العاملات بالقدرة على الإبلاغ عن الحالات التي لا تُلبّي فيها احتياجاتهن المتعلقة بإدارة القواعد الصحية للحَيْض.

- تَوَخَّ الحذر بشأن عدم امتثال العمال الآخرين؛ مثلاً، العامل الذي:
 - لا يغسل يديه في الظروف بالغة الأهمية؛ مثلاً، قبل تقديم الطعام.
 - يَستخدِمُ مرافق الاغتسال لأغراض غير صحيحة؛ مثلاً، غسل المعدات.
 - يَغسَلُ معدات الوقاية الشخصية الملوّثة في مصادر المياه المحلية.

- أبلغ المشرف عن الأوضاع والسلوكيات التي قد تشكل خطراً مرتبطاً بالقواعد الصحية. تذكّر أن الأخطار يمكن أن تكون كامنة (قد تسبب مشكلة صحية في المستقبل إذا لم تُعالج) أو فعلية (الأخطار التي تسبب بصورة فعالة مشكلة صحية).

الرصد والإبلاغ: أولوية النقابة ولجنة السلامة



إن الرصد الفعّال لمكان العمل وإبلاغ المشرفين بالظروف أو السلوكيات الخطيرة المحتملة هما التزامان للعمال ولممثليهم. لا ينبغي النظر إلى الإبلاغ عن الأوضاع أو السلوكيات الخطيرة على أنه إجراء سلبي؛ بل على النقيض، إنه سبيل لتعزيز ظروف العمل الصحية، مما يجعل مكان العمل آمناً وصحياً لكل من يتواجد فيه. تمارس النقابات وممثلو العمال ولجان السلامة في مكان العمل دوراً هاماً في رصد مؤشرات السلامة والصحة المهنية والإبلاغ عنها. قيّمت دراسة لمكتب أنشطة العمال (ACTRAV) في منظمة العمل الدولية التدابير والبنى المتوفرة في مكان العمل لتحسين السلامة والصحة المهنية وظروف العمل؛ وأظهرت الدراسة أنه كان لوجود النقابات أثر إيجابي على عدد من القضايا المتعلقة بالسلامة والصحة المهنية في مكان العمل، وقد تبين أنه من المرجح أكثر تنفيذ التحسينات إذا ما أعطيت نتائج رصد التعرضات في مكان العمل إلى ممثلي النقابة.

المصدر: Rice, Annie and Repo, Paula (2000). Health and safety at the workplace – Trade union experiences in Central and Eastern Europe, ILO-CEET, Budapest



الوحدة 3: القواعد الصحية

قائمة التَّحَقُّق للعمال وممثلي العمال ومنظمات العمال



<p>هل هناك امتثال لقواعد مكان العمل بشأن استخدام مرافق الاغتسال وصيانتها؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.3.1
<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل هناك امتثال لقواعد مكان العمل بشأن الإدارة الصحية لملابس العمل ومعدات الوقاية الشخصية؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.3.2
<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل هناك امتثال لقواعد مكان العمل بشأن القواعد الصحية للغذاء؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.3.3
<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	
<p>هل الرصد والمراقبة الفعالان للأخطار والسلوكيات المرتبطة بالقواعد الصحية قائمان؟</p> <p>نعم <input type="checkbox"/></p> <p>لا <input type="checkbox"/></p>	ع.3.4
<p>هل تقترح أي إجراء؟ اقتراحات:</p> <p>أولوية؟ <input type="checkbox"/></p>	



