



# هل منزلك آمن من المخاطر؟



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



## مقدمة :

الحفاظ على السلامة في المنزل أمر في غاية الأهمية ، لا ينبغي التهاون به على الإطلاق ، فهناك مخاطر يمكن أن تؤثر على سلامة أفراد الأسرة وأمانهم .

ما بين فترة وأخرى نفيق على حادث راح ضحيته فرد أو أسرة بأكملها في مشهد مؤلم يؤدي القلوب ويبقى أثره في النفوس ، وإذا نظرنا إلى مسبباتها نجدها نتيجة لتصرفات خاطئة ، أو سوء استخدام الأجهزة ، أو عدم إتباع الطرق الصحيحة للإستخدام ، وقد تكون بعض الحوادث نتيجة الترتيب الخاطئ للأثاث بالمنزل أو الإهمال عند إعداد الطعام .

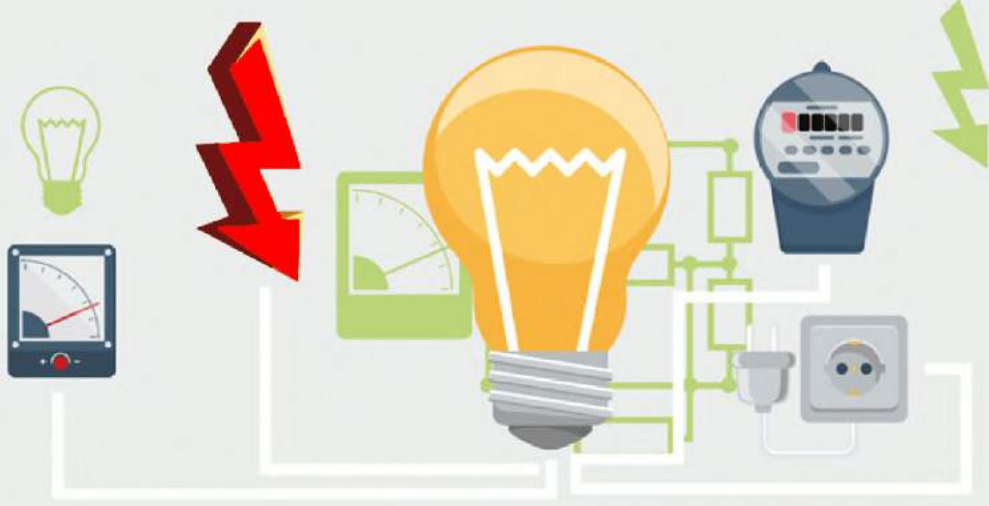
مشاهد تتكرر بسيناريوهات مختلفة، ولازال الكثير منّا غير مبالي ولا معتبر ، فالذين راحت أرواحهم ضحية الإهمال كانوا مثلنا تماماً، يستبعدون وقوع الخطر لكنهم وجدوا فجأة في عداد الأموات !

لا شك أننا نؤمن يقيناً بأن الحذر لا يمنع القدر ، ولن تموت نفس حتى تستوفي رزقها وتستكمل أجلها، ولكن حفظ النفس من الضرورات الخمس التي أوجبها الشرع ، وهو من باب بذل الأسباب والتوكل على مسبب الأسباب ، ومن حفظ النفس حمايتها من كل ما قد يؤدي بها إلى المهالك ،

لذا .. فمن الواجب علينا تصحيح السلوكيات الخاطئة واتباع اشتراطات السلامة، وجعلها سلوك لنا ولأبنائنا لنحافظ على أنفسنا وممتلكاتنا .

إدارة السلامة





## أخطار الكهرباء

الكهرباء ضرورة حياتية يومية في واقعنا المعاصر، وهي أيضاً مثل كل الاختراعات الحديثة ذات حدين، لذلك لابد من التعامل معها بحذر شديد وعدم ترك الاطفال يعبثون بالأجهزة وأسلاك التيار داخل المنزل كما يجب توعيتهم بأخطار الكهرباء مبكراً. وتشمل إجراءات الوقاية من الحوادث الكهربائية بالنقاط التالية:

- رفع التوصيلات الكهربائية والأجهزة عن متناول الأطفال قدر الإمكان .
- التأكد دوماً من صلاحية الأسلاك الكهربائية ومطابقتها للمواصفات والمقاييس .
- عدم تحميل التوصيلات أكثر من طاقتها .
- البعد من ملامسة الأجهزة الكهربائية بأيدي مبتلة .
- تعويد الأبناء على التعامل الأمثل عن استخدام الأجهزة الكهربائية وإتباع الارشادات الخاصة بها.
- تجنب تشغيل الأجهزة على الأرضيات المبللة ويفضل دائماً لبس الأحذية لتمنع حدوث الصدمات الكهربائية.
- الابتعاد عن الكابلات المكشوفة في أي مكان وعدم ملامسة الأعمدة الكهربائية خاصة وقت الأمطار.
- صيانة الأجهزة الكهربائية والكشف عليها دائماً والتأكد من صلاحيتها .
- فصل التيار الكهربائي عن الأجهزة المستخدمة فور الانتهاء منها.

## أسباب حرائق الكهرباء :

إن سوء استخدام الأجهزة الكهربائية وعدم اتباع تعليمات الشركة المصنعة يؤدي إلى حدوث حرائق نتيجة للأسباب التالية:



### ثالثاً: سوء التوزيع الكهربائي في المنزل:

إن سوء التوزيع يعني أن الخطوط الكهربائية الثلاثة في منزلك لم يتم توزيع الأحمال عليها بالتساوي بتحميل خط أو خطين أكثر من الثالث، فإن هذا يؤدي إلى احتراق المنظمات الخاصة بهذه الخطوط. وهذا يتطلب إلى استدعاء فني مختص ليصلح ما نتج عن سوء الاستخدام.



### ثانياً: سوء استخدام الأجهزة الحرارية:

إن كثيراً من ربوات المنازل يسئرن استخدام الأجهزة الحرارية مثل كواية الملابس وأجهزة التدفئة لذا يجب مراعاة الحذر الشديد عند تشغيلها وعدم ترك هذه الأجهزة الحرارية بدون مراقبة وإبعادها عن المواد القابلة للاشتعال مثل (الملابس - الأثاث).



### أولاً: الزيادة في الأحمال الكهربائية:

إن تحميل الأسلاك الكهربائية أكثر من طاقتها وتركيب عدة أجهزة على توصيلة واحدة واستخدام أسلاك رديئة يؤدي إلى وقوع حوادث كبيرة.

## الصعق الكهربائي

العوامل التي تساعد في عملية الصعق الكهربائي :



- شدة التيار: كلما زادت شدة التيار الكهربائي كلما زادت نسبة الإصابة.
- مقاومة الجسم.
- رطوبة الجسم : كلما زادت رطوبة الجسم ازدادت قابليته للسماح بمرور التيار الكهربائي به وحدوث الإصابة بالصعقة الكهربائية .
- مدة بقاء المصاب تحت التوتر: أي كلما طال زمن مرور التيار الكهربائي في جسمه ضعف الأمل في إنقاذ حياته . لأن ذلك يؤدي إلى حروق خطيرة وتدمير للخلايا العصبية.
- مسار التيار الكهربائي في الجسم : ويتحدد ذلك بنقطتين في الجسم هما مكان دخول التيار في جسم الإنسان ومكان الخروج منه .



## الوقاية من الصعق الكهربائي :

- عدم ملامسة الجسم لأي تيار كهربائي مباشرة .
- التأكد من فصل الدائرة عن مركزها الرئيسي قبل الشروع في العمل على الأسلاك والتوصيلات والأجهزة الكهربائية .
- استعمال المعدات والأجهزة الخاصة والمعزولة مقابضها بعازل جيد .
- استعمال الكفوف والأحذية المطاطية العازلة للكهرباء .
- تجنب ترك المقابس الكهربائية (الأفياش) بدون واقيات وذلك لحماية الأطفال من الصعق الكهربائي .
- عدم إدخال التوصيلات الكهربائية عبر الأبواب أو النوافذ أو الفتحات المماثلة حتى لا تتعرض لقطع أو جرح ومن ثم تكون مصدر خطر .
- عدم لمس مفاتيح الكهرباء بيد مبللة أو الوقوف على أرض رطبة .
- تجنب تحميل أي مقبس كهربائي أكثر من طاقته .
- التأكد من أن الدائرة الكهربائية تشتمل على وجود خط أرضي لوقاية الإنسان من الصعق الكهربائي .
- القيام بالصيانة الدورية للأجهزة الكهربائية المستخدمة .
- تنفيذ العمل بواسطة مختصين في المجال نفسه .
- تركيب لوحات تحكم في الأجهزة والآلات الكهربائية وعوازل مناسبة .

## كيفية إنقاذ المصاب بالصعق الكهربائي وتحريره من التيار الكهربائي :



- فصل التيار الكهربائي من مصدره الرئيسي .
- تجنب سحب المصاب من مصدر التيار بيدك العارية .
- يجب أن تكون يداك وقدماك معزولتين وعدم ملامستك للمصاب مباشرة .
- عمل الإسعافات الأولية والاتصال بالهلال الأحمر أو نقل المصاب للمستشفى إن أمكن .

## مصادر الخطر في المطبخ



### أولاً : أسطوانات الغاز :

أسطوانات الغاز التي تستخدم في المنزل لأغراض الطهي والتدفئة تشكل مصدر قلق للأسرة , لذا يتطلب أخذ الحيطة والحذر عند استعمالها وذلك باتباع الإرشادات التالية:

- يجب أن تكون أسطوانات الغاز ووصلاتها وأنابيبها مصنوعة من الصلب أو النحاس الأصفر أو النحاس الأحمر.
- أحفظ الأسطوانات دائماً في وضع رأسي في مكان مظلل خارج المنزل وجيد التهوية وبعيداً عن أشعة الشمس المباشرة.
- يجب فحص الأفران باستمرار والتأكد من أن جميع منافذ الغاز في الفرن غير مسدودة .
- تأكد من أن المواقد وأنابيب الغاز ووصلات قد تم تركيبها بشكل جيد.
- تأكد من إغلاق صمام الأسطوانة قبل النوم أو عند الخروج من المنزل.
- لا تضع الأسطوانة بالقرب من المواد القابلة للاشتعال.



## ماذا تفعل إذا شممت رائحة غاز في منزلك!؟

- قم بإخراج جميع الأشخاص من المنزل حتى تذهب رائحة الغاز .
- لا تشعل أعواد الثقاب والسجائر أو أي مصدر للنار .
- عدم اشعال المصاييح أو أي مفتاح كهربائي لكي لا يحدث شرر قد يسبب انفجار الغاز.
- احكم إغلاق صمام الغاز .
- قم بتهوية الغرفة بفتح النوافذ والأبواب بهدوء حتى لا تحدث شرر .

## كيفية اكتشاف وجود تسرب للغاز من الأنابيب والوصلات:

قم بخلط مقدار ملعقة صغيرة من صابون غسيل الأطباق مع كوب ماء . ضع قطعة الإسفنج في السائل ومررها على الأنابيب والوصلات ومنظم تدفق الغاز فإذا ظهرت فقاعات دل ذلك على وجود تسرب . أغلق صمام الأنبوب وقم بإصلاح التسرب فوراً .

## في حالة نشوب حريق نتيجة لتسرب الغاز من الأسطوانة:

- أغلق صمام الغاز إذا كان ذلك ممكناً .
- غادر المنزل مع جميع أفراد عائلتك .
- اتصل على السلامة والأمن الجامعي ٩٥٠ ومن الجوال (٠١١٤٦٧٠٩٥٠) .
- لا تفكر أبداً بالرجوع للمنزل لجلب أية أموال أو وثائق أو أي مواد أخرى .



## ثانياً : الزيوت :

لكي لا يحدث ما لا يحمد عقباه في المطبخ جرّاء ترك الزيت على الموقد وانشغال ربة المنزل عنه بعمل آخر ولأن ذلك قد يسمح باشتعال النار في الزيت وللوقاية من حوادث الزيت يجب إتباع ما يلي :

- عدم ترك الزيت على موقد الغاز بدون رقابة .
- متابعة العاملات في المنزل وزيادة وعيهن بذلك .
- التنظيف الدائم لموقد الغاز من آثار الزيوت المنسكبة .

## عند حدوث اشتعال للزيت :

- لا تطفئ الزيت المشتعل بالماء لأنه يساعد على زيادة الاشتعال .
- تغطية الوعاء المشتعل بوعاء أكبر منه لحجب الهواء عنه أو باستخدام قطعة قماش مبللة بالماء .







### ثالثاً : الفرمات والخلاطات :

الكهرباء هي نوع من الطاقة وذات قوة لا يستهان بها , ولقد سهلت علينا حياتنا اليومية ولا غنى للإنسان عنها في بيته . وتعد الأجهزة المنزلية صديقة للإنسان إذا أحسن استخدامها واستغلالها بطريقة سليمة وآمنة . ولكنها قد تتحول إلى خطرٍ يهدد حياتنا وحياء أطفالنا إذا أسأنا ذلك . ولكي نتجنب هذه الأخطار علينا اتباع الإرشادات التالية :

- الحرص على عدم وصول الماء أو أي سائل آخر إلى موتور الجهاز الكهربائي .
- ابتعد عن الأجهزة المتحركة والشفرات الحادة وأبعد الأيدي والشعر والملابس عنها .
- استعمل دافعة للطعام بدلاً من أن تدخل الطعام باليد أثناء استخدام ماكينة فرم اللحم .
- عند الانتهاء من الاستعمال أطفئ الجهاز وقم بسحب المقبس من منفذ توصيل التيار .
- لا تجعل السلك متديلاً على حافة الطاولة أو قريباً من المواد القابلة للاشتعال .
- أخذ الحيطة والحذر عند تنظيف الآلات الحادة باليد لأنك قد تجرح نفسك .
- بعد تنظيف الجهاز ضعه في مكان آمن بعيداً عن متناول الأطفال .

### رابعاً : أفران الميكروويف :



إن أفران الميكروويف من أكثر الأجهزة شيوعاً ونفعاً في المطبخ , فهو يسهل على الطهاة إعداد الطعام ويوفر لهم الوقت , إلا أنه يشكل خطراً على سلامة الأشخاص الذين لا يجيدوا استخدامه ومعرفة خصائصه . وتبدأ عملية الطهي أو التسخين أولاً في الأجزاء الرطبة من الطعام , لأن الماء يمتص الحرارة بشكل أسرع , ولكي يكون طهي الطعام وتسخينه أكثر أمناً ويسر يجب اتباع الإرشادات التالية :

- قراءة تعليمات الشركة المنتجة بشأن تشغيل فرن الميكروويف .
- الحرص على عدم اقتراب الأطفال من فرن الميكروويف أو العبث به .
- تعريف القدرة الكهربائية لفرن الميكروويف لتحديد الوقت المناسب للطهي أو التسخين .
- استخدام الأوعية والأواني مأمونة الاستخدام في الميكروويف ولا تستخدم الأوعية المعدنية مطلقاً لأنها تسبب الشرر الكهربائي الذي قد يتلف فرن الميكروويف أو يشعل حريق .
- احرص باستمرار على تهوية أوعية الطبخ في الميكروويف . فقد يتسبب البخار في انفجار هذه الأواني .
- استعمل مقابض الأواني دائماً عند إخراج الطعام من الميكروويف . وافتح الأغطية واجعل اتجاه الفتح بعيداً عن جسمك .
- افحص فرن الميكروويف وسارع بإصلاحه من قبل مختص إذا لم يكن يعمل بشكل جيد .



## خامساً : الأدوات الحادة :

غالباً ما تكون في المطبخ حيث نجد الأدوات الحادة والخطرة والتي من الممكن أن تؤدي عند سوء استخدامها أو تعامل الأطفال معها عن جهل . وللوقاية من حوادث الإصابة بالأدوات الحادة إليكم النقاط التالية :

- عدم ترك الأطفال يعبثون بأدوات المطبخ الحادة وإبعادها عن متناول أيديهم بوضعها في أماكن مرتفعة ومغلقة .
- عدم استخدام الأواني الزجاجية القابلة للكسر في وجبات الأطفال .
- عدم الاحتفاظ بالأدوات المدرسية الحادة داخل حقائب وفي الأماكن المخصصة للاستذكار .
- إبعاد القطع المعدنية والنقود عن متناول الأطفال .





## سادساً : المنظفات والمبيدات :

يكمن خطر هذه المبيدات والمنظفات في النقاط التالية :

- تناول طعام أو شراب ملوث بالمبيد أو المنظف .
- تخزين الطعام أو الشراب قرب المبيدات والمنظفات .
- تخزين الطعام أو الشراب بعلب المبيدات والمنظفات الفارغة .
- استنشاق ولمس المبيدات والمنظفات بشكل مباشر .
- خلط عدة مواد منظفة مع بعض .

## تتلخص إجراءات الوقاية من هذه الحوادث:

- حفظ المبيدات والمنظفات في أماكن مغلقة وبعيدة عن مصادر الحرارة واللهب وبعيد عن متناول الأطفال .
- تلافي وضع هذه المواد عن الاستخدام في آواني الأكل والشرب .
- ارتداء الملابس الواقية عن استخدام هذه المواد .
- عدم التعرض المباشر لمختلف المنظفات والمبيدات .
- عدم خلط هذه المواد مع بعضها البعض حتى لا تتفاعل كيميائياً . وعلى سبيل المثال:

خلط مادة (الكلور) مع مادة (الفلاش) يحدث تفاعل ينتج عنه مادة (كلورامين) على هيئة أبخرة بيضاء شديدة السمية يؤدي التعرض لها للإختناق ويزيد خطرها عند تعريض هذا المزيج للرطوبة أو الماء.



( أسيد )



( كلور )



( فلاش )



## سخانات المياه :



تنطوي السخانات على عدة مخاطر وتكمن أساساً في عطل جهاز المنظم الترموستات ، أو عدم وصول الماء الى السخانات بطريقة منتظمة مما يؤدي الى انفجار السخان . ومن أجل الوقاية من حوادث السخانات عليكم بالتالي :

- التأكد من وصول المياه للسخان باستمرار وعزل التيار الكهربائي عنه في حال انقطاع الماء .
- الصيانة الدورية لصمام الأمان والتأكد من انتظام عمله .
- ضبط درجة الحرارة داخل السخان بواسطة المنظم على درجة أقل من ٧٠ درجة مئوية .

## وسائل التدفئة :

ترجع أسباب حوادث وسائل التدفئة المختلفة في فصل الشتاء إلى سوء استخدام تلك الوسائل , أو عدم الإلمام بشروط السلامة الخاصة بها مثل المدفأة الكهربائية والغازية ومدفأة الكيروسين والمدفأة التي تعمل بالزيت أو الماء أو تلك التي عن طريق الفحم أو الحطب , ويمكن تلخيص طرق الوقاية من أخطار تلك المدافئ فيما يلي :

### ١ . المدفأة الكهربائية :



- عدم توصيل المدفأة بالأسلاك الرديئة حتى لا تسبب التماسا كهربائياً .
- تجنب وضع التوصيلات تحت سجاد وأثاث المنزل .
- تجنب وضع المدفأة في الممرات داخل المنزل وخاصة في الليل حتى لا تسقط على قطع الأثاث القريب منها .
- عدم تركها عند الأطفال لوحدهم حتى لا تتعرض للسقوط أو تلحق الضرر بهم .
- عدم استخدامها كأداة للاشتعال أو التسخين أو إشعال البخور عليها .
- يستحسن وجود قاطع للكهرباء لفصل التيار عند سقوط المدفأة .

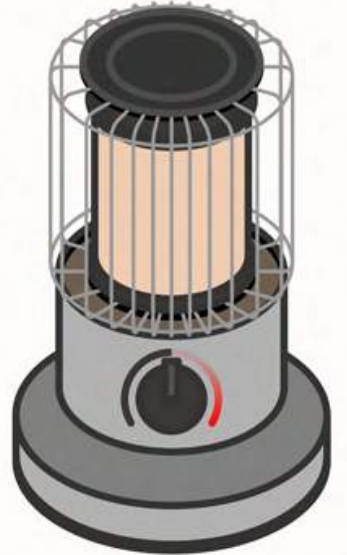
## ٢. المدفأة الغازية :



وهي من أخطر وسائل التدفئة التي يجب الحذر عند استعمالها نظراً لاحتوائها على غاز سريع الاشتعال عند حدوث شرر أو لهب قريب منها، وكذلك لما تسببه من اختناق، ولتجنب مخاطرها يجب اتباع الإرشادات التالية :

- وضع الأسطوانة بعيداً عن المدفأة بمسافة لا تقل عن خمسة أمتار ويفضل أن تكون الأسطوانة خارج المنزل ما أمكن .
- عدم وضع المدفأة في الممرات أو قريباً من قطع الأثاث بالمنزل حتى لا تتسبب في حدوث حريق .
- عدم تركها عند الأطفال لوجودهم ومنعهم من العبث بها .
- تجنب إشعال النار والغرفة مشبعة بالغاز كما يجب إغلاق الأسطوانة حال وجود رائحة للغاز داخل الغرفة .

## ٣. مدفأة الكيروسين :



إن الإرشادات التي ينبغي على الإنسان أن يلتزم بها عند استخدام هذه المدفأة يمكن تلخيصها في التالي :

- مراعاة عدم ترك الفتيلة مكشوفة لمنع العبث بها .
- إشعالها خارج المنزل حتى تزول الرائحة والدخان المصاحب للاشتعال ومن ثم تنقل الى المنزل .
- مراعاة إطفاء المدفأة عند الخروج من المنزل .
- إبعاد المدفأة عن أي مواد قابلة للاشتعال .
- عند تعبئة المدفأة بالوقود يجب إطفائها وتعبئتها خارج المنزل .

## ٤. المدفأة التي تعمل بالزيت :



تعتبر من أفضل وسائل التدفئة أماناً ، والمعروف أن هذا النوع يستخدم فيه الزيت بعد تسخينه عن طريق الكهرباء حيث أن الزيت يمر عبر شراخ ساخنة ويبعث الدفء داخل الغرفة دون حدوث لهب مباشر أو غازات ضارة ، لذلك عند استخدامها ينبغي إتباع الارشادات التالية :

- عدم تحميل الأسلاك الكهربائية أو الوصلات أكثر من طاقتها كما يجب استخدام النوع الجيد لتوصيل الكهرباء .
- وضع المدفأة في مكان مستقر حتى لا تتعرض للسقوط وبالتالي انسكاب الزيت على الأثاث .

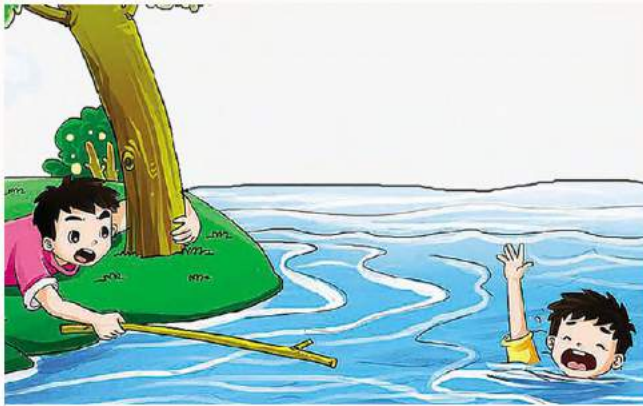
## ه. التدفئة عن طريق الفحم أو الحطب :



تعتبر وسائل التدفئة عن طريق الفحم والحطب من الوسائل القديمة، لكن مازال البعض يفضلها لأسباب متعددة، منها الحنين إلى الماضي أو رائحة اشتعالها وتحلق الأسرة والأصدقاء حولها وغير ذلك من الأسباب. ويلاحظ أن استخدام هذه الوسيلة في ازدياد خاصة في الاستراحات والملاحق والمخيمات المعدة للتنزه إضافة لاستخدامها داخل المنزل. لذلك ننصح بتوعية المستخدم بما تحويه من مخاطر عبر هذه النقاط :

- إشعال الفحم خارج المنزل حتى يحترق تماماً ومن ثم نقله إلى داخل الغرفة .
- تجنب غلق الأبواب والنوافذ حتى لا يتشبع الموقع بغاز أول أكسيد الكربون الذي لا لون له ولا رائحة والذي يؤدي إلى الاختناق والوفاة .
- عدم ترك مواقد الفحم في الممرات أو قريبة من الأثاث في المنزل، لأنها قد تتسبب في نشوب حريق داخل المنزل .
- تجنب رمي مخلفات الفحم والحطب في صناديق النفايات وهي لا تزال مشتعلة .
- توعية أفراد الأسرة بمخاطر الفحم واتباع الإرشادات الخاصة بالسلامة .

## حوادث الغرق :



يربط المهتمون بالسلامة المنزلية حوادث الغرق في مغاطس المياه والحفر والمستنقعات بالإهمال من قبل الكبار والذين يلعبون دوراً كبيراً في حدوثها، فالغرق في المغاطس يحدث نتيجة للسماح للأطفال من صغار السن بالاستحمام بمفردهم في حين غفلة من الوالدين. وللحماية من حوادث الغرق عليكم باتخاذ الإجراءات التالية:

- عدم ترك الطفل في مغطس المياه بمفرده .
- تعليم الطفل أثناء الاستحمام العادات السليمة وتوضيح أهمية السلامة من مخاطر الغرق .
- عدم انشغال الوالدين عن أبنائهم أثناء الاستحمام .
- إبعاد كافة الأطباق البلاستيكية والأحواض التي يمكن أن تتجمع بها المياه عن الأطفال
- التأكد دائماً من فتحات خزانات المياه بالمنازل وفتحات تصريف المجاري ويفضل أن توضع لها أقفال حتى لا تفتح عبثاً .
- إبعاد الأطفال عن غسالات الملابس وخاصة عندما تكون ممتلئة بالماء .



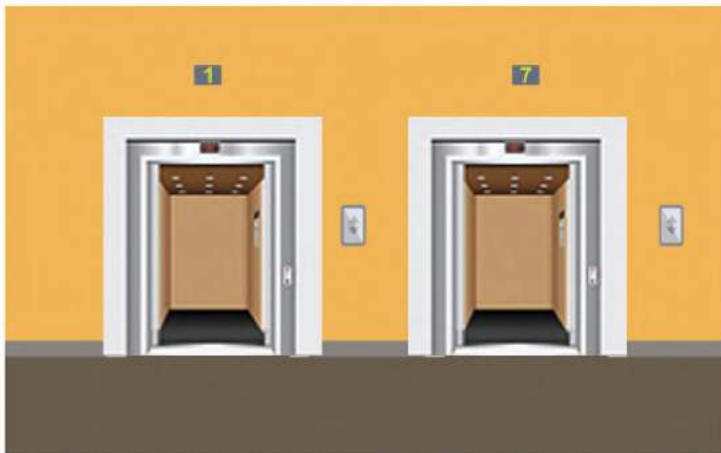
فيما يخص حوادث المسابح ينبغي عمل الآتي :

- عدم ترك الأطفال بمفردهم في المسبح مع ضرورة وضع سياج يمنع دخولهم .
- تجنب نزول من لا يجيد السباحة في المسبح دون وجود مدرب أو شخص قادر على المساعدة .
- توفير أدوات السلامة في المسبح مثل أطواق النجاة والمقابض اليدوية حول المسبح، وصول السلالم إلى قاع المسبح بكل الأركان .
- أن لا يكون قاع المسبح منحدرًا وأن لا يتجاوز معدل الانحدار من (١-٣) أمتار .
- عمل أرضية مانعة للانزلاق بمسافة ثلاثة أمتار عن حافة المسبح .
- تجنب ترك الأطفال في المسبح خلال العواصف الرعدية لما ينطوي على ذلك من مخاطر .
- أن يكون السياج المحيط بالمسبح بشكل عامودي وليس أفقي لكي يصعب على الطفل تسلقه .

## حوادث المصاعد الكهربائية :

نظراً لكثرة وجود المصاعد الكهربائية في العمارات الكبيرة والمباني الصغيرة فقد أضحى مخاطرها متوقعة بالرغم من تعدد وتنوع وسائل السلامة في هذه المصاعد . ولا بد من التأكيد على ضرورة أن يبقى المصعد طوال مدة خدمته صالحاً وأمناً حتى لا يتعرض مستخدموه لخطر الاحتجاز . وللوقاية من تلك الأخطار ننصح بالتالي :

- ألا يستخدم الأطفال المصعد بمفردهم .
- منع الأطفال من اللعب بالمصعد فقد يؤدي ذلك إلى احتجازهم أو سقوطهم في بئر المصعد وتعرضهم للإصابة .
- ضرورة زيادة الوعي بمخاطر المصاعد لدى الأطفال .
- عند توقف المصعد يجب التزام الهدوء والتصرف بحكمه وعدم ضرب الأبواب بشدة أو الضغط العنيف على الأزرار .
- الاتصال فوراً **على (٩٥٠)** عندما تدعو الحاجة للمساعدة والانقاذ .
- عدم سكب الماء أو السوائل داخل المصعد أو بالقرب منه حتى لا يتعطل .
- التقيد بالحمولة المقررة للمصعد .



# التسمم :

يحدث التسمم في المنزل نتيجة لتناول طعام ملوث بمادة سامة أو تناول أطعمة المعلبات المحفوظة الفاسدة المنتهية صلاحيتها أو تناول بعض الأطعمة التي تصنع وتعبأ بالمنزل كالمخللات أو تناول الطعام بأوعية بها صدأ وللوقاية من ذلك اتبع التعليمات التالية :

## استخدم حسك البديهي :

- لا تشتري أطعمة محفوظة في علب منعطفة أو صدئة أو منفتحة أو بها تسرب .
- الانتباه لتاريخ صلاحية المعلبات .
- عدم تناول الأطعمة المكشوفة والتي مضى عليها فترة زمنية طويلة .
- إبعاد المواد الخطرة عن الأطفال مثل الأدوية والمبيدات الحشرية .
- في حال وجود أطعمة فاسدة يجب إخطار المسؤولين بذلك .
- عدم تسخين الطعام أكثر من مرة .
- ضع الأطعمة القابلة للتلف في الثلاجة :
- تعد درجات التبريد المنخفضة مثالية للأطعمة القابلة للتلف . كلما انخفضت درجات حرارة الأطعمة القابلة للتلف انخفض خطر نمو الجراثيم فيها .
- اضبط ثلاجتك عند درجة حرارة لا تزيد عن ٣١ درجة فهرنهايت (٥ درجات مئوية) ، والمجمد (الفريرز) عند درجة تبريد لا تزيد عن صفر فهرنهايت ( - ١٨ درجة مئوية) لا تترك الأطعمة المطبوخة سريعة التلف مثل اللحم أو السمك أو الدجاج في درجة حرارة الغرفة لأكثر من ساعتين .



## الأمر التي تساعد على الوقاية لمنع انتقال التلوث :

- الحفاظ على نظافة أدوات تجهيز الطعام ونظافتك الشخصية .
- يجب غسل الأيدي جيداً قبل إعداد الطعام .
- تجنب السعال أو العطس على الطعام .
- عدم خلط الطعام النيء بالناضج .





## الوقاية من الحريق :

- تركيب أنظمة الإنذار بالحريق .
- توفير طفاية حريق يدوية والتأكد من جاهزيتها والتدريب على استخدامها .
- عدم تخزين المواد القابلة للاشتعال في الممرات والبلكنات .
- استخدام توصيلات كهربائية ذات جودة عالية .
- عدم تحميل التوصيلات الكهربائية أكثر من طاقتها .
- الاهتمام بصيانة الأجهزة الكهربائية وتوصيلات الغاز .
- فصل التيار الكهربائي عن الأجهزة بعد استخدامها .
- إبلاغ الصيانة فوراً عند ملاحظة سخونة في مفاتيح الكهرباء .

## السلامة أثناء الطبخ :

- يجب أن يكون باب الفرن مغلقاً أثناء الإستخدام .
- يجب أن لا تبرز مقابض الأواني خارج حدود الموقد .
- يجب أن لا تترك القفازات أو مناشف الصحون فوق الموقد بعد استعمالها .
- المحافظة على نظافة الموقد بعد الإستعمال .
- لبس الملابس الفضفاضة أثناء الطهي يؤدي إلى اشتعالها .
- إذا إندلعت النار أثناء القلي يجب وضع غطاء على المقلاة لخنق النار أو استخدام بطانية حريق أو منشفة مبللة .. **وعدم استخدام الماء أبداً لحرائق الدهون .**
- يجب أن يسخن زيت القلي بشكل تدريجي لتجنب الحروق من رش الدهن .

## عند إعداد الأغذية التي تحتاج لقلي :

- يجب عدم ملئ المقلاة بالزيت لأكثر من ثلث حجمها .
- يجب إستخدام مقلاة مناسبة وذات قاعدة مسطحة .. لأن المقلاة المقعرة خطيرة وتساعد على انسكاب الزيت وبالتالي إشتعاله .
- يجب تصفية الطعام من الماء قبل وضعه في زيت القلي .
- يجب عدم ترك المقلاة دون رقابة أثناء القلي .
- الأرضية أمام الموقد يجب أن لا تكون زلقة .
- لا تستعمل الموقد أو الفرن لتدفئة المنزل .. لأن ذلك يكون خطراً جداً ويتسبب في حريق أو إصدار أدخنة سامة قد تتسرب في المنزل وتسبب الأختناق .
- تأكد من المطبخ قبل الذهاب إلى النوم أو ترك المنزل .

## كيف تتصرف عند حدوث حريق ؟



قم بإنذار من حولك  
وحثهم على سرعة الإخلاء  
وساعد ذوي الإعاقة



اتصل فوراً على الرقم (950)  
عندما تكون في مكان آمن وبلغ  
عن موقع الحريق



كن هادئاً .. ونبه الآخرين  
لكسر زجاج جرس إنذار الحريق



اجمع المستندات المهمة  
والممتلكات القيمة في وقت  
لا يتجاوز خمس ثوان



كافح النار إذا كانت صغيرة  
باستخدام طفاية الحريق المناسبة  
أو خرطوم الإطفاء إن كنت  
مدرب على الإطفاء



تحقق إذا كانت الأبواب  
ساخنة قبل فتحها وأبحث عن  
مخرج بديل



لا تستخدم المصعد  
في حالة الحريق نهائياً



تذكر أنه في الأماكن  
المستخدم فيها غاز ثاني أكسيد الكربون  
أو ما يشابهه ألا يتعدى زمن  
إخلاء المكان دقيقة واحدة

# أرقام تهمك

الإدارة العامة للسلامة والأمن الجامعي



4670950  
4679999

950

الخدمات الإسعافية بالمدينة الطبية



4699999  
4671448

مركز الدفاع المدني بالجامعة



4670955  
4672332

955

مع تمنيات الإدارة العامة للسلامة والأمن الجامعي بالسلامة للجميع

للتواصل :

بريد إلكتروني [secure@ksu.edu.sa](mailto:secure@ksu.edu.sa)

أو زوروا موقعنا الإلكتروني على الرابط

<http://security.ksu.edu.sa/ar>

