



Safety Guidance in Work Sites

Action Against Hunger

دليل إرشادات السلامة في مواقع العمل

منظمة العمل ضد الجوع

2021

1. Introduction

This guidance has been developed by the Engineering Pool in Action Against Hunger to improve the awareness for workers and those who are in the Action Against Hunger work sites regarding the safety requirements.

Thus, the main objective of these guidelines is to preserve the safety of people and property, and by signing them, the signatory acknowledges that he has received the necessary awareness in this regard, and it is his responsibility to adhere to these guidelines and instructions to avoid any accident during the implementation of the project.

تم اعداد هذا الدليل من قبل دائرة الهندسة في منظمة العمل ضد الجوع، للمساهمة في رفع وعي كافة العاملين والمتواجدين في مواقع العمل، ضمن مشاريع المنظمة، فيما يتعلق باشتراطات السلامة العامة.

وبذلك، فإن الهدف الأساسي من هذه الارشادات هو الحفاظ على سلامة الأشخاص والممتلكات، وبالتوقيع عليها فإن الموقع يقر بتلقيه التوعية اللازمة بهذا الخصوص، وتقع على عاتقه مسؤولية الالتزام بهذه الارشادات والتعليمات لتجنب وقوع أي حادث اثناء تنفيذ المشروع.

2. Personal Safety Guidelines:

2.1. Personal Protective Equipment (PPE):

The necessity to adhere to personal protective equipment such as:

- Protective helmet.
- Protective shoes.
- Safety vest.
- Goggles.
- Gloves.
- Safety masks.
- Full-body harness: when working in high places, a full-body harness should be worn to avoid workers falling, and a sample of the harness will be submitted to the supervisor engineer to be approved.

2.2. Basic prevention of infectious diseases

- Wash hands regularly
- Cover the mouth and nose when coughing and sneezing by bending the elbow or with a tissue.
- Stay away from gatherings.
- Avoid touching your eyes, nose, and mouth.
- Maintain at least two meters (6 feet) between yourself and anyone who is coughing or sneezing.
- Follow the advice of the health authorities.
- Wear protective mask in public places and gatherings.

1- مقدمة

2- ارشادات السلامة الشخصية

2-1- معدات الحماية الشخصية:

ضرورة الالتزام بمعدات الحماية الشخصية لكل المتواجدين في موقع العمل، مثل:

- خوذة واقية.
- حذاء واقى للقدم.
- سترة السلامة.
- نظارات واقية.
- قفازات.
- الأقفعة والكمادات الواقية.
- احزمة الامان لكامل الجسم: عند العمل في الاماكن العالية سيتم لبس أحزمة الامان لحماية العمال من السقوط وسيتم تقديم عينة من احزمة الامان الى المهندس المشرف ليتم اعتمادها.

2-2- الوقاية الأساسية من الأمراض المعدية

- غسل اليدين بانتظام.
- تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس بثني المرفق أو بمنديل ورقي.
- الابتعاد عن التجمعات.
- تجنب لمس عينيك وأنفك وفمك.
- احتفظ بمسافة لا تقل عن مترين (6 أقدام) بينك وبين أي شخص يسعل أو يعطس.
- تابع المستجدات واتبع نصائح مقدمي الرعاية الصحية.
- ارتداء الكمامة في الأماكن العامة والتجمعات.

2.3. The proper way to lift weights:

- Approaching the object that needs to be lifted.
- The feet are spread apart.
- Bend the knees and keep the back and neck straight.
- Holding the object to be raised in the hand and getting it as close as possible to your body.
- Stand with a straight neck and back.
- Avoid twisting as much as possible.



3-2- الطريقة الصحيحة لرفع الأثقال:

- الاقتراب من الجسم المراد رفعه.
- القدمان متباعدتان.
- ثني الركبتين بحيث تحافظ على استقامة الظهر والعنق.
- الإمساك بالشيء المراد رفعه بالبيد وتقريبه قدر الامكان من الجسم.
- الوقوف مع المحافظة على استقامة الظهر والعنق.
- تجنب الالتواء قدر الإمكان.



2.4. Entering narrow places such as wells:

- Commitment to wearing the PPE.
- Use safety equipment such as safety ropes.
- Secure safe passages.
- Provide warning signs and tapes when needed.

4-2- الدخول للاماكن الضيقة كالأبار:

- الالتزام بمعدات السلامة الشخصية.
- استخدام معدات امان كاملة كالحبال او غيرها لسلامة العامل.
- تأمين ممرات آمنة.
- وضع اشارات واشرطة تحذيرية عند اللزوم.

2.5. Exposure to dangerous or incendiary materials:

- Wear appropriate safety tools (masks, goggles, gloves) when handling hazardous materials.
- Hazardous materials must be removed from the site and stored in a safe manner.
- Do not leave containers open or not closed tightly.
- Store small quantities of inflammable materials in a known and safe place, taking care to write the name of the material, to prevent poisoning and get burns.
- Use appropriate safety signs.

5-2- التعرض لمواد خطيرة أو حارقة:

- يجب ارتداء أدوات السلامة المناسبة (كماسات، نظارات واقية، قفازات، حذاء واقى) عند التعامل مع المواد ذات الطبيعة الخطرة.
- يجب إبعاد المواد الخطرة من الموقع وتخزينها بطريقة آمنة.
- عدم ترك الأوعية مفتوحة أو غير محكمة الإغلاق.
- تخزين كميات قليلة من المواد القابلة للاشتعال في أماكن معلومة للجميع وآمنة، مع الحرص على كتب اسم المادة، منعا للتسمم أو الإصابة بالحروق للعمال.
- استخدام إشارات السلامة المناسبة.

2.6. Insects and harmful organisms

- Use appropriate shoes for the work environment, helmets, life nets, gloves, masks, and any other PPE.
- The use of repellants for insects, worms, and snakes.
- Eliminate the places where these organisms breed.

6-2- الحشرات والكائنات الضارة

- استعمال الأحذية المناسبة لبيئة العمل والخوذ وشبائك النجاة والقفازات والأقنعة وأية وسائل أخرى تتعلق بالحماية الشخصية.
- استعمال المواد الطاردة والمنفرة للحشرات والديدان والأفاعي.
- القضاء على الأماكن التي تتكاثر بها تلك الحشرات والديدان.

2.7. Safety measures in stairs:



- Using safe stairs and treads, with sufficient width, and not painted to hide their defects.
- The stairs steps must be free of protrusions.
- Conducting frequent checks on all parts of the stairs to detect and treat any wearing out or corrosion.
- Cleaning stairs to prevent the accumulation of materials that could lead to slipping.
- Wooden stairs must be made of whole and intact wooden parts, not connected with nails, and periodically treated with varnish.
- Avoid carrying heavy loads.
- Wearing the appropriate safety tools.
- If there are any risks as a result of the presence of electrical works, you must use wooden stairs.

2.8. Falling from heights



- High work areas should be surrounded by wooden or iron railings and appropriate and safe scaffolding.
- Commitment to personal protective equipment.
- Do not throw work debris from the high story and keep surfaces clean.

7-2- إجراءات السلامة في السلالم:



- استخدام سلالم آمنة ذات درجات سليمة وآمنة وبعرض كافي وغير مدهونة لإخفاء عيوبها.
- يجب ان تكون الواح السلم خالية من النتوءات.
- اجراء فحص متكرر لجميع اجزاء السلالم لكشف ومعالجة اي اهتراء او تآكل.
- يجب تنظيف السلالم لمنع تراكم المواد عليها التي قد تؤدي الى الانزلاق.
- ان تكون السلالم الخشبية مصنوعة من قطع خشبية كاملة وسليمة وعدم وصلها بالمسامير، ومعالجتها بشكل دوري بالورنيش.
- تجنب حمل الأحمال الضخمة أو الثقيلة .
- ارتداء أدوات السلامة المناسبة.
- في حال وجود أي مخاطر نتيجة لوجود اعمال كهرباء، فيجب استعمال السلالم الخشبية.

8-2- السقوط من الارتفاعات:



- يجب إحاطة مناطق العمل المرتفعة بدرابزينات خشبية أو حديدية وعمل السقالات المناسبة والأمنة.
- الالتزام بملابس وأدوات السلامة العامة.
- يمنع إلقاء بقايا الأعمال من الارتفاعات والمحافظة على نظافة الأسطح.

- Arranging the equipment and tools at the workplace in an appropriate manner.
- Keep the stairs clean to prevent sliding.
- Store tools in specific places to prevent any threats to those on the site.
- Provide safety ropes for the workers in high areas.

- ترتيب المعدات في مكان العمل بطريقة منظمة ومناسبة.
- الحفاظ على شواطئ الدرج نظيفة لمنع التزلق.
- تخزين الأدوات في أماكن مخصصة لذلك وبحيث لا تشكل خطر على المتواجدين في الموقع.
- توفير حبل الأمان للعاملين في المناطق المرتفعة.

2.9. The Risk of work tools (disc grinder, Jigsaw..., etc.):

- Wearing gloves and goggles according to the safety specifications and the tool type.
- People with little experience in this field are forbidden from using such tools.
- Be aware that the device is safe before using it in terms of the possibility of the risk of electrocution.
- (The disc grinder) should only be used for steel cutting works, and the (Jigsaw) only for wood cutting works and don't use one in place of the other at all.
- Cut the remaining steel parts that remaining from the formworks in walls and ceilings (6mm) - steel bars in particular: you must follow the safety instructions in this regard, which is to install the disk grinder on a wood plank with a suitable length and good strength to keep the worker far from the disk and the flying sparks.
- Ensure that every tool has its protection parts.



9-2- الإصابة بأدوات العمل (أسطوانات قص الحديد، المنشار الكهربائي وغيرها) :

- يجب ارتداء قفازات ونظارات واقية عند استخدام مثل هذه الأدوات حسب مواصفات السلامة الخاصة بمثل هذه المواد.
- يمنع استخدام مثل هذه الأدوات من الأشخاص ذوي الخبرات القليلة في هذا المجال.
- يجب الانتباه إلى سلامة الجهاز قبل استخدامه وعدم إمكانية الإصابة بالتيار الكهربائي.
- يجب استخدام (الصاروخ) فقط من أجل أعمال قص الحديد. واستخدام (الجكسون) من أجل أعمال قص الخشب فقط. وعدم استخدام أحدهما مكان الآخر بتاتا.
- قص الحديد المتبقي من أعمال الطوبار في الجدران والاسقف (6mm) بشكل خاص: يجب إتباع تعليمات السلامة الخاصة في هذا الخصوص والمتمثلة في تثبيت الصاروخ على لوح خشب مناسب الطول وجيد المتانة بحيث يكون الصاروخ بعيدا عن العامل، مما لا يؤثر على وجه العامل نتيجة للشرار المتطاير.
- التأكد من وجود قطع الحماية في كل أداة.



2.10. The risk of electrocution

- Pay attention to the electrical connections and make sure they are safe.

10-2- الإصابة بالكهرباء:

- يجب الانتباه إلى الوصلات الكهربائية والتأكد من سلامتها.

- Keep electrical connections away from water by lifting them off the ground or placing them in the pipes underground to protect them.
- Use electrical connections and plugs after ensuring that they are free from any breakage or damage, and they must be completely isolated.
- Install and connect electrical loads according to the electrician's instructions in a safe manner.
- Coordination with the Electricity Company and Telecommunications Company for any works surrounding the project.

- إبعاد التوصيلات الكهربائية عن الماء بأن يتم رفعها عن الأرض أو وضعها داخل برابيش تحت الأرض لحمايتها من الآليات.
- استخدام وصلات وقوابس الكهرباء بعد التأكد من خلوها من أي كسر أو تلف ويجب أن تكون معزولة تماما.
- تركيب ووصل الأحمال بناء على تعليمات فني الكهرباء وبطريقة آمنة.
- التنسيق مع شركة الكهرباء والاتصالات لأية تمديدات محيطة بالمشروع.

3. Work Site Safety Guidelines:

3- إرشادات السلامة المتعلقة بموقع العمل:

3.1. A basic first aid kit in the work site must contain:

3-1- يجب ان تتوفر في الموقع عدة الإسعاف الأولي الأساسية، وتحتوي على:

- Plasters in a variety of different sizes and shapes
- Small, medium, and large sterile gauze dressings
- A least 2 sterile eye dressings
- Triangular bandages
- Crepe rolled bandages.
- Safety pins
- Disposable sterile gloves
- Tweezers
- Scissors
- Alcohol-free cleansing wipes
- Sticky tape
- Thermometer (preferably digital)
- Skin rash creams
- Cream or spray to relieve insect bites and stings.
- Antiseptic cream
- Painkillers such as paracetamol.
- Cough medicine
- Antihistamine cream or tablets
- Distilled water for cleaning wounds
- Eyewash and eye bath
- Medicines should be checked regularly to make sure they are within their use-by dates.

- اللصقات بأحجام وأشكال مختلفة.
- ضمادات شاش معقمة صغيرة ومتوسطة وكبيرة.
- ما لا يقل عن 2 ضمادات عين معقمة.
- ضمادات مثلثة.
- ضمادات كريب ملفوفة.
- دبابيس الأمان.
- قفازات معقمة يمكن التخلص منها.
- ملاقط.
- مقص.
- مناديل تنظيف خالية من الكحول.
- شريط لاصق.
- ميزان حرارة (يفضل أن يكون رقمي).
- كريمات الطفح الجلدي.
- كريم أو رذاذ لتخفيف لدغات ولسعات الحشرات.
- كريم مطهر.
- مسكنات الألم مثل الباراسيتامول.
- دواء السعال.
- كريم أو أقراص مضادات الهيستامين.
- الماء المقطر لتنظيف الجروح.
- غسول العين وحمام العين
- يجب فحص الأدوية وتاريخ الانتهاء بانتظام للتأكد من أنها صالحة للاستخدام.

3.2. Important procedures in the workplace

3-2- إجراءات ضرورية في مكان العمل

- Providing phone numbers for clinics, hospitals, and civil defense in the city.
- Providing a resting place for workers on site.
- Provide toilets and washbasins in proportion to the number of workers on site.
- Report any injury while working quickly and without hesitation to the focal person on the site.
- Determining the storage locations for raw and manufactured materials.
- Storing these materials in a safe manner.
- Provide adequate and wide paths in the site.
- Cleaning the workplace regularly (**Housekeeping**)

- توفير أرقام هواتف العيادات والمستشفيات والدفاع المدني القريب من المدينة.
- توفير مكان راحة للعمال في الموقع.
- توفير مراحيض ومغاسل بما يتناسب مع عدد العمال في الموقع.
- الإبلاغ عن أي إصابة أثناء العمل بسرعه ودون تردد الى الشخص المسؤول في الموقع.
- تحديد أماكن التخزين للمواد الخام والمصنعة.
- تخزين وترتيب هذه المواد بطريقة آمنة.
- توفير ممرات كافية وواسعة للحركة في الموقع.
- الحرص على تنظيف مكان العمل أولاً بأول (**Housekeeping**)

3.3. Warning signs:

The site must be provided with proper warning and indicative signs.



3.4. Dust spread.

- Wearing personal safety tools according to public safety requirements
- Keeping workers away from the excavation site to reduce their exposure to dust.
- Do not throw building debris from the upper floors, because it releases large amounts of dust.
- Make the neighbors aware of the danger of dust and the long exposure to it.
- Using water to reduce the spread of dust in the surrounding.
- Dispose of rubble and non-reusable materials in proper places.
- Provide adequate and wide paths in the site.

3.5. Noise

- Noise levels should not exceed 85 dB.

3-3- الإشارات التحذيرية:

- يجب تزويد الموقع بالإشارات التحذيرية والإرشادية لتوعية العاملين والزوار في الموقع.



4-3- انتشار الغبار

- ارتداء أدوات السلامة الشخصية حسب متطلبات السلامة العامة
- إبعاد العاملين عن مكان الحفريات للتقليل من تعرضهم للغبار.
- عدم إلقاء نواتج البناء من الطوابق العليا وذلك لأنها تطلق كميات كبيرة من الغبار.
- توعية المجاورين بخطورة الغبار والحذر من التعرض له بشكل طويل.
- استخدام الماء للتقليل من انتشار الغبار في المحيط.
- التخلص من الركام والمواد الزائدة وغير القابلة لإعادة الاستخدام في أماكن ملائمة.
- توفير ممرات كافية وواسعة للحركة في الموقع.

5-3- الضوضاء

- ان لا تزيد مستويات الضوضاء والضجيج عن 85 ديسيبل .

- It is allowed to work 8 hours per day for noise level 85 dB.
- Use good equipment so that no inconvenience occurs.
- Use earplugs for workers, if necessary.
- Provide adequate and wide paths in the site.

- أن لا تزيد ساعات العمل عن 8 ساعات يومياً عند العمل في مستوى ضجيج 85 ديسيبل.
- استخدام معدات جيدة حتى لا يتم الازعاج.
- استخدام سدادات اذن للعمال عند اللزوم.
- توفير ممرات كافية وواسعة للحركة في الموقع.

3.6. Concrete and stone works.

- Identify the safe paths.
- Use warning signs and tapes.
- Provide safe scaffolds as needed.
- Commitment to PPE such as safety helmets, and shoes.
- Cut the steel bars protruding from the concrete.
- Covering the heads of steel bars with safety caps.
- Cleaning the place from obstacles and anything unnecessary to secure the work area.

3-6- اعمال الخرسانة والحجر

- تحديد ممرات آمنة.
- وضع اشارات واشرطة تحذيرية.
- توفير سقائل امنة حسب الحاجة.
- الالتزام بمعدات السلامة الشخصية من خوذة وسترات واقية.
- قص قضبان الحديد العرضية الخارجة من الباطون في حال وجودها.
- تغطية رؤوس قضبان الحديد باستخدام اغطية الحماية.
- تنظيف المكان من العوائق لتأمين مكان العمل.

3.7. The heavy equipment:

- Choose the location of the crane according to its type and the type of lifted load.
- A safe distance must be provided between moving parts and other objects such as walls, columns, and electrical conductors.
- Secure a sufficient space (boom radius) and no one to be in this space while lifting loads.
- Secure safe, wide, and clean passages.
- Provide warning signs and tapes when needed.
- Ensure that there are valid insurance and license.
- Ensure that the driver meets the conditions.
- Prevent lifting and transporting loads over the maximum limit of the mechanism.
- All crews must wear safety equipment.

3-7- المعدات الثقيلة:

- اختيار موقع الرافعة بما يتلاءم مع نوعيتها ونوع الحمل المرفوع.
- يجب ترك مسافة آمنة بين الاجزاء المتحركة والاشياء الاخرى مثل الجدران والاعمدة والموصلات الكهربائية.
- تأمين مساحة كافية (نصف قطر ذراع الرافعة) لا يتواجد فيها أي شخص أثناء رفع الأحمال.
- تأمين ممرات آمنة وواسعة ونظيفة في الموقع.
- وضع اشارات تحذيرية واشرطة عند اللزوم.
- التأكد من وجود تأمين وترخيص ساري المدة لهذه المعدات.
- التأكد من استيفاء السائق لشروط قيادة الآلية.
- يمنع أن تزيد حمولة الآليات عن الحد المسموح به.
- الالتزام بمعدات السلامة من قبل جميع الطواقم.

3.8. General safety while driving cars:

- Commitment to the traffic laws and speed limits is essential to protecting drivers and passengers.
- Adjustment the mirror to show the largest area of the road behind the car.
- Focusing on the vehicle ahead of the driver, leaving an appropriate distance from it, and watch the vehicles movement ahead of that vehicle.

3-8- السلامة العامة أثناء قيادة السيارات:

- إن الالتزام بقوانين السير والسرعات المحددة هو أمر أساسي لحماية السائقين والركاب.
- تعديل المرآة بالشكل الذي يكشف أكبر مساحة من الطريق خلف السيارة.
- التركيز على السيارة التي أمام السائق وترك مسافة مناسبة منها ومراقبة سير المركبات التي تتقدم تلك السيارة.

- Pay attention to the response of the car on the road and check the condition of the brakes and wheels, and how much distance is needed to stop the car when applying the brakes to its maximum capacity.
- Using the side lights and car lights in all cases, especially when moving from one lane to another.
- Ensure that there are no cars on both sides of the road before moving from one lane to another.
- Use the seat belt throughout the trip distance.
- When going down the slope in rough terrain, you should go down in a straight line and not in a sloping line, and do not leave the gearbox in the off position.
- Awareness of the weather conditions before traveling to the specified destination.

- الانتباه إلى استجابة السيارة على الطريق والتحقق من حالة المكابح والإطارات، وكم هي المسافة اللازمة للوقوف عند استخدام المكابح بطاقتها القصوى.
- استخدام الإشارات الجانبية وأنوار السيارة في كافة الأحوال وخاصة عند الانتقال من مسار إلى آخر.
- التأكد من عدم وجود سيارات على جانبي الطريق قبل عملية الانتقال من مسار إلى آخر.
- استخدام حزام الأمان طوال مسافة الرحلة.
- عند نزول منحدر في المناطق الوعرة يجب النزول بخط مستقيم وليس بخط مائل، كما ينبغي عليك عدم ترك علبة التروس في وضعية الفصل أثناء نزول المنحدر.
- متابعة أحوال الطقس قبل الانطلاق الى الوجهة المحددة.

3.9. General safety when working in field offices:

- Not smoking in the office.
- Turn off the lights before leaving the office.
- Ensure that the windows are closed before leaving.
- Close the door after leaving the office.
- Knowing the locations of fire extinguishers and first aid locker.
- Turn off any heating or cooling devices before leaving the office.
- Ventilation for the office in the morning.

9-3- السلامة العامة عند العمل في المكاتب الميدانية:

- عدم التدخين في المكتب.
- إطفاء الإنارة قبل مغادرة المكتب.
- التأكد من اغلاق الشبابيك قبل مغادرة المكتب.
- اغلاق الباب بعد مغادرة المكتب.
- معرفة أماكن طفايات الحريق وخزانة الاسعافات الأولية.
- اطفاء أي أجهزة تدفئة أو تبريد قبل المغادرة
- تهوية المكتب صباحاً.