



المعهد الوطني لظروف الحياة المهنية
المعهد الوطني لظروف الحياة المهنية
Institut National des Conditions de Vie au Travail

المملكة المغربية
المملكة المغربية
Royaume du Maroc



المخاطر المرتبطة بالإضاءة الغير الملائمة في بيئة العمل

الإضاءة الجيدة تعني عملاً آمناً وفعالاً

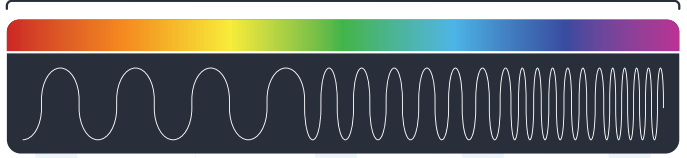
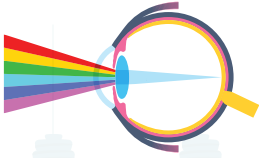
« الضوء هو الأمان! فلا تقلل من أهميته »



تعريف

تعتبر الإضاءة غير كافية عندما لا تمكن العامل من رؤية التفاصيل الضرورية لأداء مهمته بدقة، أو عندما تسبب إزعاجا بصريا، أو ظلالا مفرطة، أو انعكاسات مزعجة. وقد يؤثر سلبا على الأداء، والراحة، وسلامة العمال.

تعيق الإضاءة غير الكافية الإدراك الصحيح للتفاصيل الضرورية للعمل. كما أن الإضاءة المفرطة أو غير المتوازنة (الانبهار أو توجيه الضوء مباشرة نحو العين) قد تكون أيضا ضارة.



هناك نوعان من الإضاءة

1. الإضاءة العامة : وهي الإضاءة المحيطة المتجانسة في الورشة أو مكان العمل.
2. الإضاءة الموضعية أو الإضافية : وهي الإضاءة الموجهة نحو منطقة العمل، أكثر تركيزا وتحديدا، وتكمل الإضاءة العامة

المهن الأكثر تعرضا

البناء والأشغال العمومية (العمل الليلي، مناطق أقل إضاءة) :

- ورشات البناء الخارجية، الطرق، الجسور والمباني
- الأعمال في الأنفاق والأماكن المغلقة. الإعتماد على الإضاءة الاصطناعية



المستودعات واللوجستيك (المناولة داخل المستودعات) :

- الموانئ والمطارات، منطقة الشحن، مناولة ليلية
- مستعملي الطرق



الصناعة (ورشة بدون إنارة طبيعية) :

- العمل على الآلات قد يسبب انعكاسات وظلال مزعجة
- الصناعات الخالية من الضوء الطبيعي مثل الصناعات المعدنية والكيميائية تحت الارض



الصيانة والإصلاح

- التدخل تحت الأرض (شبكة الكهرباء، السباكة، مواقف السيارات)
- العمل على المعدات ليلا (صيانة، وقائية، إصلاح)



الأمن والمراقبة الليلية





المخاطر المهنية المرتبطة بسوء الإضاءة

- حوادث الشغل: الإنزلاق، التعثر، الإصطدام بالحواجز الغير مرئية، أو الأخطاء في تشغيل الآلات
- انخفاض التركيز في المهن التي تتطلب الدقة، وضعف إدراك واستيعاب التفاصيل
- تأثيرات على النوم والدورات الحيوية (الإيقاع اليومي) للجسم

الأمراض المهنية المرتبطة بسوء الإضاءة

- الرؤية المهنية (حركة لا إرادية سريعة للعين نتيجة الإجهاد البصري)
- اضطرابات الرؤية : (مثل تشوش الرؤية وجفاف العين)
- زيادة مستوى التوتر والإجهاد النفسي
- اعتماد عدة العين
- الظفرة
- تشوش الرؤية، قصر أو طول النظر غير المستقر والمفاقم
- الإجهاد البصري المزمن (الوهن البصري) مصحوب بالدموع و الوخز
- رهاب الضوء
- الصداع والصداع النصفي المتكرر

الوقاية

- استعمال أجهزة قياس الإضاءة بالكس متر (luxmètre) للتحقق من أن مستوى الإضاءة يتوافق مع القيم الموصى بها حسب نوع المهمة (مثلا من 300-500 lux أو أكثر لأعمال الدقة)
- إجراء عمليات تدقيق دورية للإضاءة (تنظيف، فحص المصابيح التالفة، أو إستبدالها)



الإطار القانوني

وفقا لقرار وزير التشغيل والتكوين المهني رقم 93-08 الصادر بتاريخ 6 جمادى الأولى 1429 هـ الموافق ل 12 ماي 2008 الذي يحدد التدابير العامة والخاصة المتعلقة بالمبادئ المنصوص عليها في **المواد من 281 إلى 291 من مدونة الشغل**، كما ورد في **الفصل الثالث** المتعلق بجو أماكن العمل: التهوية، التدفئة، وإنارة أماكن العمل، والوقاية من المخاطر الناتجة عن الضجيج

القسم الثاني: التدفئة وإنارة أماكن العمل - **المادة 14**

الإضاءة الجيدة تعني حوادث أقل، راحة أكبر، فعالية أفضل وسلامة بصرية محفوظة



www.incvt.ma



المعهد الوطني لظروف الحياة المهنية
المعهد الوطني لظروف الحياة المهنية
Institut National des Conditions de Vie au Travail