

## 附件 4

# 培训期间 HSE 须知

为加强培训班学员管理，实现学员管理工作的科学化、制度化、规范化，保证培训任务安全顺利完成，依据公司 HSE 管理要求及培训要求，结合培训班的实际，特制定本 HSE 须知。

为了确保您及他人在培训期间的健康与安全，请您注意以下有关事项：

### 一、医疗保障事项

1. 为确保您与他人的健康，如您遇发热、咳嗽、喉痛、身体疼痛、头痛、发冷和疲劳，有时还会出现腹泻、呕吐、肌肉痛或疲倦、眼睛发红等情况时，请尽快与培训项目负责人联系。

2. 如遇到身体不适或轻微损伤，可自行到医务室就诊，并尽快与培训项目负责人联系，以便妥善处理。

### 二、培训教室安全事项

1. 请首先熟悉教室“安全出口”和疏散通道。

2. 教室内禁止吸烟及使用明火。

3. 贵重物品请妥善保管，注意防盗、防窃。

4. 如有突发情况，请听从现场工作人员的指挥，有序疏散。

### 三、住宿安全事项

1. 入住培训公寓（宾馆）后，应了解公寓（宾馆）安全须知，

熟悉公寓（宾馆）的安全出路、安全楼梯的位置、安全转移的路线。

2. 注意检查公寓（宾馆）为您配备的用品（卫生间防滑垫等）是否齐全，有无破损，如有不全或破损，请立即向公寓（宾馆）服务员报告。如未能配备，请小心谨慎，防止发生意外。

3. 贵重物品应存放于公寓（宾馆）服务总台或自行妥善保管，外出时不要放在房间内，若出现丢失，后果自负。

4. 不要将自己住宿的公寓（宾馆）、房号随便告诉陌生人；不要让陌生人随便进入房间；出入房间要随手锁好房门，睡觉前注意门窗是否关好，保险锁是否锁上；手机、现金等物品最好放于身边，不要放在靠窗的地方。

5. 不要与陌生人玩纸牌、麻将等，以免上当受骗。

#### 四、消防安全事项

**1. 预防措施：**（1）首先熟悉报警信号、教室、房间、餐厅、文体活动场所的“安全出口”、消防通道和紧急集合地点。

（2）教室或餐厅等人员密集的场所在使用时应保证打开安全门，便于遇到紧急情况的人员疏散。

（3）学校要专门安排对教室、宿舍、餐厅及文体活动场所的消防设施、报警器、电气线路进行仔细检查，确保完好。

（4）请勿在教室、房间、餐厅、停车场等禁烟区域吸烟。

（5）请勿将易燃、易爆、有毒物品带入培训教室。

（6）当您需要给手机、剃须刀等电器充电时，请勿将其放置

在床、椅等可燃物上，离开房间时请拔下各类充电器。

（7）请勿卧床吸烟，特别是酒后卧床吸烟，以防入睡后烟头掉在被褥上引起火灾。

（8）请勿在院里及楼间走廊内使用明火。

**2. 应急措施：**（1）发现火情迅速扑救，及时触发走廊墙面破玻器，并向周围的人发出火警，消防受训人员马上使用走廊的消防水带灭火。

（2）如果是电器设备引起的火灾，要切断电源，迅速用就近的灭火器进行力所能及的灭火。

（3）如果火势蔓延，请拨打火警电话（119），求助消防队支援。报警时要讲明火灾类型、起火地点、火灾情况，并通知培训项目负责人派专人到门口清除故障，引导消防车进入着火点。

（4）将受到火情威胁的人员和物资疏散到安全地带，培训项目负责人和保安负责维持火场秩序，保安人员做好警戒线，严防无关人员进入火场。要注意保护火灾现场。火灾扑灭后，不要急于返回火场清理财务，以防倒塌伤人。

（5）如在走廊或房间发生火灾，出门前请触摸房间的金属门锁，门锁一旦发热，切勿打开房门。

（6）发生火灾时，尽可能沿安全通道（楼梯）右侧按次序下楼，并严禁使用电梯。从楼梯撤离时，如不能向下，则考虑向上到楼顶。

（7）如发生火灾无法离开房间时，须关闭空调系统，将浴缸

浸满水，用湿床单堵塞门缝和其他通风处。如有烟雾，可用湿毛巾捂住鼻孔和嘴。

（8）发生火灾时要保持镇定，听从指挥，有秩序地撤离火场，到紧急集合点集合，培训项目负责人负责清点人数。

### 3. 消防器材使用方法

#### （1）手提式干粉灭火器

灭火范围：易燃或可燃液体与气体的火灾；电器设备火灾；一般固体可燃物质火灾。

使用方法：提取灭火器到灭火现场，撕掉铅封，一手按下压把，一手握住喷嘴对准火焰根部即可。

注意事项：灭火时应一次扑灭，否则会前功尽弃；使用时应上、下颠倒 2 次，使干粉松动；室外使用应站在火源的上风口，由近及远，向前干推，左右横扫，不让火焰回窜。

#### （2）室内消防栓的使用

消防箱内有水带、水枪，当发生火灾时，应就近打开消防箱，展开水带，将快速接头接好，通过与消防栓出口连接，一人握住水枪喷门，一人则打开消防水给水阀门。

### 五、用电安全事项

1. 当您房间内的电器、电源插座等出现故障时，请与总服务台（电话）或相关负责人联系，由专业人员进行维修作业。

2. 当您需要连接临时电源线路或使用大功率用电设备时，请与总服务台或相关负责人联系。

3. 当您给电热壶加水时，请勿使水位超出最高液面标线，并保持电热壶与电源插座的距离，以防短路或造成漏电伤害。

4. 请不要再照明电器上烘烤衣物。

5. 在浴室使用电器时，请注意防水防滑。

6. 离开房间时，请将电卡提到断电位置。

## 六、交通安全事项

**1. 预防措施：**（1）安排培训班用车时注意车况良好、车容整洁。司机出车时必须检查制动器、转向器、喇叭、刮水器、后视镜和灯光装置的完好。

（2）当您带车进入培训场所的停车场时，请听从指挥，并按指定地点停放车辆。

（3）当您出入培训场所大门时，请注意门外过往的车辆。

（4）当您乘车外出时，请系好安全带并注意限速和交通安全。

（5）外出参观、考察、拓展时，您要严格遵守相关规定和方案，听取工作人员有关安全的提示和忠告，预防意外事故和突发性疾病的发生，确保人身安全和交通安全。必须根据安排统一行动，不允许私自行动和脱离团队，严格遵守规定的时间和要求，如有特殊情况者必须向培训项目负责人请假。

**2. 应急措施：**根据人员受伤程度及时拨打当地急救电话（120）开展救护工作，同时迅速向培训项目负责人汇报事故情况。

## 七、突发疾病事项

**1. 预防措施：**（1）学员如果已知自己患有疾病的，应通知培

训项目负责人，以便根据情况采取预防措施。

(2) 对有高血压、冠心病等病史的人员应进行特殊监护，为满足发病的急救需要，培训项目负责人手机 24 小时开机，随叫随到。

(3) 如患有高血压、心脏病及饮酒后，请勿游泳及进行大运动量的活动。

**2. 应急措施：**学员突发疾病周围若有他人在场，立即与培训项目负责人联系；若情况危急，直接送往附近医院。

## 八、人身安全事项

**1. 预防措施：**(1) 夜间不要外出，如必须外出时勿携带大量现金、银行卡或贵重物品。

(2) 请勿参加陌生人邀请的活动，做好培训班信息、资料的保密工作。

**2. 应急措施：**如发生被盗、被抢、被打、迷路或车辆伤害等情况，应及时向当地警方报案及与培训项目负责人联系。

## 九、饮食中毒事项

**1. 预防措施：**(1) 餐厅要在培训期间严格检查餐饮卫生情况，保证所用食品新鲜卫生，确保用餐人员的身体健康。

(2) 学员应根据安排统一在指定餐厅用餐。要注意适度饮食，避免饮酒过量伤害身体。请勿在卫生条件较差的餐馆用餐。

(3) 外出就餐、购买食品时要注意饮食卫生和安全。

**2. 应急措施：**发现有饮食中毒症状，如呕吐、腹泻、发烧等

症状，要立即送往医院检查治疗。

#### 十、其他安全注意事项

1. 如遇地震等紧急情况，请勿惊慌，按安全出口指示有序撤离，听从工作人员疏散安排。

2. 当大厅、楼道、卫生间、走廊等区域地面湿滑或下雪时，请注意防滑。雷雨天气要关闭房间窗户，并注意预防雷击。

3. 外出或进行课外活动时，要两人以上结伴进行，去游泳池游泳时不要去深水区，如稍有不适应立即上岸并通知同伴。

4. 做好流行疾病的防控。如身体不适，请及时就医并通知培训项目负责人。

5. 因故外出应按时返回学校，严禁在外酗酒滋事。

6. 学员应学习和掌握培训期间有关仪器、设备、操作等对人身生命和财产损害的风险识别和防范措施，严格按照培训管理者的要求，规范作业，避免任何事故和伤害的出现。