



Rekomendacijos dėl koronaviruso ir infekcijos kontrolės darbo vietoje

TURINYS

- 2 puslapis** **Kaip galime užkirsti kelią infekcijai**
Būkite namuose, jei pasireiškė ligos požymių
Laikykitės atstumo
Kuo mažiau važiuokite mašinomis su kitais žmonėmis
Išlaikykite žmones/komandas kartu
Venkite nereikalingo kontakto
Dirbkite iš namų
Valykite ir dezinfekuokite
Laikykitės asmens higienos
Priežiūros priemonės / vietinės
Apsaugos priemonės
Nacionalinės sveikatos tarybos patarimai
dėl infekcijų prevencijos (plakatas)
- 5 puslapis** **Kiti klausimai**
Instrukuokite darbuotojus ir prižiūrėkite
Kitus dalyvius / partnerius
Darbdaviai, teikiantys apgyvendinimo paslaugas
- 6 puslapis** **Sužinokite daugiau**
- 7 puslapis** **Versija lietuvių kalba**



BAU Jord til Bord parengė šį vadovą ekologiškų pramonės šakų įmonėms, tokioms kaip žemės ūkis, miškininkystė ir sodininkystė. Vadove pateikiamos instrukcijos, kaip įmonės ir darbuotojai gali elgtis siekdami užkirsti kelią koronaviruso (COVID-19) plitimui.

Kaip galime užkirsti kelią infekcijai



Toliau aprašomos kelios priemonės prieš COVID-19, skirtos ekologiškų pramonės šakų įmonėms, tokioms kaip žemės ūkis, miškininkystė ir sodininkystė. Pritaikykite gaires savo verslui ir užduotims, kaip tai galite įgyvendinti konkrečiai. Priskirkite už tai atsakingą asmenį ir įtraukite savo darbo aplinkos organizaciją.

Būkite namuose, jei pasireiškė ligos simptomų

Apskritai reikėtų vadovautis sveikatos priežiūros institucijų rekomendacijomis: Būkite namuose, jei sergate arba pasireiškia COVID-19 simptomų, ir 48 valandas po to, kai simptomai išnyksta.

Tipiški ligos pradžios ir lengvos ligos simptomai yra panašūs į kitus dažnus gripo ir kitų viršutinių kvėpavimo takų infekcijų simptomus, pasireiškiančius gerklės skausmu, bloga savijauta, raumenų skausmu, galbūt sausu kosuliu ir karščiavimu.

Jeigu priklausote rizikos grupei ir sergate vidutinio sunkumo ar sunkiomis lėtinėmis ligomis, pasitarkite su gydytoju, ar turėtumėte likti namuose.

Išlaikykite atstumą

Turėtų būti laikomasi bent 1 metro atstumo nuo kitų asmenų. Tačiau tais atvejais, kai gali padidėti viruso perdavimo lašeliniu būdu pavojus arba kai reikia laikytis papildomo atsargumo, pvz., dėl fizinio krūvio, darbo uždaroje erdvėje, kuriose judėjimo laisvė ribota, blogos ventiliacijos ir t. t., išlaikykite ne mažesnį kaip 2 metrų atstumą. Tai taikoma ir patalpose, ir lauke. Taip pat išlaikykite atstumą tarp skirtingų komandų / darbo grupių.

Pamainos pradžios laikas, pertraukos ir išvykimas iš darbo. Taip galite sumažinti žmonių, kurie yra kartu, skaičių ir išlaikyti reikiamą atstumą.

Pasirūpinkite gerais prieigos maršrutais ir sąlygomis, kad žmonės galėtų nebūti pernelyg arti vienas kito. Prieigos keliai gali būti tik judėjimo viena kryptimi keliai.

Laikytės įmonės priimtų nuostatų dėl, pvz., darbo aplinkos organizacijoje, ir būtinai apie jas informuokite visus darbuotojus. Taip pat privaloma informuoti ir darbuotojus iš užsienio jiems suprantama kalba. Jei įmanoma, bendraukite telefonu arba vaizdo konferencijose.

Jei rengiami fiziniai susitikimai, jie gali būti rengiami lauke arba pakankamai didelėje patalpoje. Susitikimai turi būti kuo trumpesni. Tinkamas atstumas turi būti ne mažesnis kaip 1 metras bei ne mažesnis kaip 2 metrai, jei esama papildomų rizikos faktorių.

Nepamirškite apie gerą rankų higieną ir jų plovimą/ valymą prieš susitikimą ir po jo. Nespauskite vieni kitiems rankų pasisveikindami.

Kuo mažiau važiuokite mašinomis su kitais žmonėmis

Rinkitės transporto priemonę, kurioje galima išlaikyti reikiamą atstumą. Jei būtina važiuoti kartu, vadovaukitės higienos ir valymo patarimais.

Išlaikykite žmones / komandas kartu

Stenkitės kuo labiau išlaikyti tuos pačius žmones / komandas kartu, kad sumažintumėte infekcijos plitimo riziką.

Venkite nereikalingo kontakto

Ribokite dalijimąsi įrankiais ir pan. Jei tai neįmanoma, įrankio kontaktinius taškus būtina nuolat valyti.

Valyti kontaktinius taškus yra labai svarbu ir tai būtina daryti dažnai. Valant muilu ir vandeniu, nuo paviršių gali atsilaivinti nešvarumai ir mikroorganizmai, todėl užkrato pernešimo sąlyčio būdu pavojus sumažėja. Daugeliu atvejų pakanka įprasto valymo, tačiau jį galima papildyti tolesniu prevenciniu dezinfekavimu. Po naudojimo šluostę plaukite 80 °C temperatūroje arba išmeskite. Taip pat galima naudoti dezinfekuojančias šluostes.

Darbas iš namų

Darbuotojai, galintys dirbti savo darbą namuose, turėtų tai daryti kuo daugiau.

Valymas ir dezinfekavimas

Kasdienis kambarių vėdinimas ir valgomųjų, tualetų, persirengimo kambarių, vonios priemonių, durų rankenų, jungiklių ir kitų įprastų dažnai liečiamų taškų valymas ir dezinfekavimas yra būtinas. Valyti reikia standartiniu valikliu arba dezinfekcine priemone su alkoholiu. Jei reikia, ant durelių užsirašykite valymo laiką.

Standartinėmis valymo priemonėmis arba dezinfekcinėmis priemonėmis su alkoholiu būtina valyti tokius paviršius kaip mašinų, rankinių įrankių, IT įrangos ir t. t. kontaktiniai paviršiai, kai keli žmonės naudoja tas pačias mašinas ir įrankius. (Rankomis liečiami paviršiai, pvz., vairo, rankena, klaviatūra ir t. t.)

Asmens higiena

Darbo vietoje turi būti galimybė nusiplauti rankas muilu ir (arba) dezinfekuoti jas. Visi darbuotojai turi dažnai plauti rankas arba vartoti rankų dezinfekcines priemones su alkoholiu. Bent pertraukų metu, po apsilankymo tualetu, valgymo, rūkymo ir t. t.

Kaip galime užkirsti kelią infekcijai



Apskritai:

- Susitikę darbo vietoje pirmiausia nusiplaukite rankas arba dezinfekuokite jas.
- Nušluostykite rankas popieriumi arba leiskite joms išdžiūti.
- Pakabinkite informaciją apie tinkamą rankų plovimą (žr. Danijos veterinarijos ir maisto administracijos svetainę).
- Visada kosėkite arba čiaudėkite į ranką, sulenktą per alkūnę, arba į vienkartines nosinaites.

Pagalbinės priemonės ir (arba) patalpos darbuotojams

Persirengimo kambariai

Persirengimo kambariuose reikia būti taip, kad tarp žmonių atstumas būtų ne mažesnis kaip 1 metras. Tai taikoma tiek patalpose, tiek lauke. Tačiau tais atvejais, kai atsargumo principas reikalauja ypatingo dėmesio, pvz., kai būnama uždaroje erdvėje, kuriose judėjimo laisvė ribota, blogai vėdinama ir t. t., išlaikykite bent 2 metrų atstumą.

Taip pat išlaikykite atstumą tarp skirtingų komandų / darbo grupių.

Tualetai

Atskirti tualetus, skirtus įmonės darbuotojams ir išorės darbuotojams (klientams, partneriams, tiekėjams ir kt.). Jei reikia, padidinti tualetų skaičių naudojant kilnojamus tualetus.

Pietūs / valgyklos

Užtikrinkite, kad tarp darbuotojų būtų pakankamas atstumas, galbūt nustatykite skirtingą laiką valgymui (pertraukomis per pamainas arba dirbant pamainomis).

Ypatinga informacija apie pertraukas/pietus

Darykite pertraukas ir papietaukite nedidelėse žmonių, kurie jau dirba kartu, komandose. Kiek įmanoma dažniau būkite lauke. Nepamirškite nusiplauti rankų ir (arba) dezinfekuoti jomis priemone su alkoholiu prieš pertraukas ir po jų. Valgant prie švediško stalo ir pan., ypatingą dėmesį reikia skirti kontaktinių paviršių valymui.

Darbo vieta, bendros zonos, biuro patalpos ir t. t.

Padarykite žymas, aiškiai nurodančias ribą tarp viduje ir lauke dirbančių ar esančių darbuotojų (atstumas).

Apsauginė įranga

Panaudotus vienkartinis filtravimo respiratorius reikia išmesti taip, kad kiti jų neliestų. Tai galima padaryti, pvz., sudedant juos į plastikinį maišelį, kuris uždaromas ir išmetamas. Panaudotas vienkartinės pirštines reikia nedelsiant išmesti.

Apsauginės priemonės, kurias galima naudoti pakartotinai, turi būti valomos ir dezinfekuojamos ir po naudojimo, ir prieš jas naudojant kitiems asmenims.

Pavyzdžiui, šalmai, apsauginiai akiniai, klausos apsaugos priemonės.

Dezinfekuojamąjį valymą galima atlikti naudojant:

- Įprastus valiklius
- Kitas dezinfekavimo priemones, pvz., alkoholiu suvilgytas servetėles (70-85 % alkoholio)

Plakatas

Kitame puslapyje rasite plakatą su Sveikatos apsaugos tarnybos patarimais dėl infekcijų prevencijos.

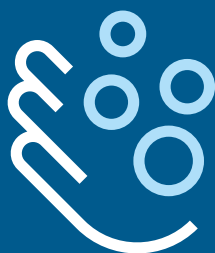
Pakabinkite plakatą matomose vietose, kur vaikšto žmonės, kaip bendrą informaciją apie infekcijų prevenciją.

Plakatas paruoštas 7 skirtingomis kalbomis, jį galima parsisiųsti iš čia: www.sst.dk/da/Udgivelses/2020/Forebyg-smitte-mod-coronasmitte

Naujas koronavirusas

Apsaugokite save ir kitus

Koronavirusas paprastai plinta vietose, kuriose daug žmonių ir jie dažnai kontaktuoja, įskaitant rankų paspaudimus ir mažus kosulio ir čiaudulio lašelius. Šie patarimai padės apsaugoti patiemis ir apsaugoti kitus.



Dažnai plaukite rankas arba naudokite rankų dezinfekcines priemones su alkoholiu.



Kosėkite ar čiaudėkite tik į per alkūnę sulenktą ranką – nelieskite kitų žmonių.



Venkite rankų paspaudimų, bučinių į skruostą ir apkabinimų – apribokite fizinį kontaktą



Atkreipkite dėmesį į tinkamą paviršių valymą namuose ir darbe



Išlaikykite atstumą – paprašykite kitų žmonių gerbti jūsų asmeninę erdvę

Kitos sąlygos



Instrukuokite darbuotojus ir pasirūpinkite tinkama priežiūra

Nurodykite darbuotojams, kaip dirbti mažinant infekcijos ir užteršimo riziką.

Akcentuokite, kaip svarbu laikytis rekomendacijų, ir prireikus jas pasikartoti. Nepamirškite įsitikinti, kad darbuotojai iš užsienio taip pat suprato rekomendacijas.

Patikrinkite, kaip laikomasi rekomendacijų.

Kiti asmenys – tiekėjai / partneriai

Pasirūpinkite, kad tiekėjai, paslaugų bendrovės ir kiti, kurių darbas įmonėje dar nebaigtas, būtų informuoti apie patvirtintas rekomendacijas, kaip išvengti infekcijos plitimo.

Tiekėjai, tiekiantys medžiagas įmonei

Vairuotojai turėtų būti kuo arčiau transporto priemonės ir šalia jos, išlaikydami bent 1 metro atstumą nuo kitų asmenų o tais atvejais, kai gali padidėti infekcijos perdavimo lašelinio būdu pavojus arba kai atsargumo principas reikalauja ypatingo dėmesio, atstumas nuo kitų asmenų turėtų būti ne mažesnis kaip 2 metrai.

Bendra rekomendacija

Vairuotojai – kiek įmanoma ir galima susitarti – rūpinasi medžiagų pristatymu už įmonės ribų, o įmonėje dirbantys asmenys teikia tolesnes (vidaus) transporto paslaugas. Šiomis aplinkybėmis turi būti užtikrinta, kad būtų prieinamos ir naudojamos būtinos techninės priemonės.

Organizuojant medžiagų pristatymą, turi būti nustatyta tokia darbų eiga, kai nekiltų pavojaus perduoti infekciją, pvz., galima naudoti raštiškus nurodymus arba vaizdo dokumentus.

Darbdaviai, teikiantys darbuotojams apgyvendinimo paslaugas

Sezoniniai darbuotojai, gyvenantys tame pačiame būste, patys yra atsakingi už būsto valymą ir yra informuojami apie sveikatos priežiūros institucijų parengtus bendruosius patarimus dėl valymo, siekiant išvengti infekcijos plitimo. Rekomendacijos dėl namų higienos ir valymo:

www.sst.dk/da/corona/FAQ

Ypatingą dėmesį skirkite darbuotojų iš užsienio informavimui. Darbdaviai raginami pateikti informaciją apie reikalingas laikytis procedūras darbuotojams iš užsienio dar prieš jiems atvykstant į Daniją. Instrukcijos pateikiamos anglų kalba adresu www.coronasmittle.dk. Gali būti pateiktos rekomendacijos dėl atvykimo į darbo vietą kartu su informacija apie konkrečias infekcijos kontrolės gaires / susitarimus įmonėje (žr. 7 psl. versiją anglų kalba).

Sužinokite daugiau



Brošiūra įmonių darbuotojams:

[www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/PJECER/
Arbejdspladsen/Gode-rod-til-arbejdspladsen-Digital](http://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/PJECER/Arbejdspladsen/Gode-rod-til-arbejdspladsen-Digital)

Rekomendacijos darbdaviui:

[www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/
Informationsmateriale/SST-Covid-19-Gode-raad-
arbejdsgivere](http://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Informationsmateriale/SST-Covid-19-Gode-raad-arbejdsgivere)

www.coronasmitte.dk

(gairės ir rekomendacijos pateikiamos anglų kalba)

www.coronadenmark.dk

www.sst.dk

www.at.dk

www.baujordtilbord.dk

www.3f.dk

www.gls-a.dk

Darbo inspekcija peržiūrėjo rekomendacijas ir nustatė, kad turinys, įskaitant tekstą ir vaizdus, susijusius su darbo aplinkos sąlygomis, atitinka darbo aplinkos teisės aktų reikalavimus.

Darbo inspekcija įvertino tik dabartines rekomendacijas ir atkreipė dėmesį į tai, kad gali kilti sveikatos ir saugos problemų, jei esama reikalavimų, kurie nėra aptarti rekomendaciniame dokumente.

Darbo inspekcija peržiūrėjo gaires pagal taisykles ir praktiką iki 2020 m. gegužės 29 d.

English version



The Danish Health Authority's general advice with regards to limiting the spread of infection and protecting risk groups are:

- Wash your hands frequently or use hand sanitiser
- Cough or sneeze into your sleeve
- Limit physical contact
- Be diligent with cleaning at home, including airing out
- Elderly and those with chronic disease – keep your distance and ask others to be considerate

Follow this advice and integrate it into everything that you do.

If you follow the authorities' advice, you can help prevent the spread of infection and protect yourself and others from becoming infected.

Pay attention to developing symptoms. The typical symptoms of beginning and mild illness resemble common symptoms of the flu and other upper respiratory infections:

- Sore throat
- General malaise
- Muscle aches and pains
- Dry cough and fever

Some may also experience headache, nausea, diarrhoea and possibly other symptoms. These mild symptoms of COVID-19 cannot be distinguished from a cold or the flu, which are caused by other viruses.

If you are sick and have symptoms, stay home and read more about what to do in the section "I've become ill – what should I do?" on www.coronasmitte.dk and

Contact your employer as soon as possible.