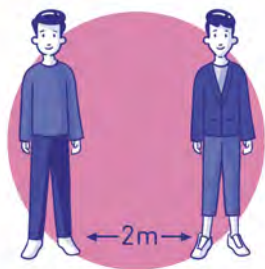


# Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία σε συνθήκες κορωνοϊού

## Γενικές Οδηγίες προστασίας

### εργοδοτούμενων σε Επιχειρήσεις



#### Εισαγωγή

Οι γενικές οδηγίες, αφορούν τους εργοδοτούμενους που εργάζονται σε όλους τους τομείς οικονομικών δραστηριοτήτων, εξαιρουμένου του Τομέα Παροχής Φροντίδας Υγείας.

Οι οδηγίες αυτές είναι συμπληρωματικές και δεν αντικαθιστούν τις υποχρεώσεις που επιβάλλονται με τον περί Λοιμοκαθάρσεως Νόμο και τα σχετικά Διατάγματα που έχουν εκδοθεί.

#### Δικαιώματα Εργοδοτούμενων

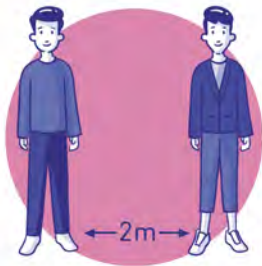
Οι εργοδοτούμενοι δικαιούνται να εκπαιδεύονται και ενημερώνονται από τον εργοδότη για τους κινδύνους από τον ιό Covid-19 και για τα απαραίτητα μέτρα προστασίας και πρόληψης που πρέπει να λαμβάνονται στον χώρο εργασίας.

#### Υποχρεώσεις Εργοδοτούμενων

Οι εργαζόμενοι πρέπει να λαμβάνουν όλα τα απαραίτητα προληπτικά και προστατευτικά μέτρα για την προστασία της υγείας τους και να συνεργάζονται με τις ενδεδειγμένες υπηρεσίες που ορίζονται από τον εργοδότη για τα θέματα ασφάλειας και υγείας στην εργασία.

#### Ειδικότερα, οι εργοδοτούμενοι έχουν υποχρέωση να:

- Λαμβάνουν όλα τα κατάλληλα προληπτικά και προστατευτικά μέτρα που έχουν καθοριστεί από την εκτίμηση του κινδύνου και αφορούν, μέτρα ατομικής υγιεινής και ατομικής προστασίας, μέτρα φυσικής και κοινωνικής αποστασιοποίησης από τους συναδέλφους και τους εξωτερικούς συνεργάτες, αερισμού χώρων εργασίας, καθαρισμού επιφανειών και προσωπικών αντικειμένων στους χώρους εργασίας.
- Προβαίνουν σε συστηματικό και επιμελές πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι τουλάχιστον για 20 δευτερόλεπτα ή αν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα, να κάνουν χρήση κάποιου αλκοολούχου διαλύματος περιεκτικότητας σε οινόπνευμα μεγαλύτερης από 60%. Το πλύσιμο χεριών πρέπει να γίνεται σχολαστικά πριν την είσοδο και έξοδο από τον χώρο εργασίας και κάθε φορά πριν την είσοδο και έξοδο από τον χώρο σίτισης.
- Αποφεύγουν να ακουμπούν με τα χέρια τη μύτη, το στόμα και τα μάτια.
- Καλύπτουν το στόμα και τη μύτη με λυγισμένο αγκώνα (όχι με το χέρι) ή με χαρτομάντιλο, σε περίπτωση βήχα ή φταρνίσματος, απορρίπτουν το χαρτομάντιλο σε κάδο απόρριψης με κάλυμμα και στο τέλος πλένουν τα χέρια με νερό και σαπούνι ή όταν τα χέρια δεν είναι εμφανώς λερωμένα, να κάνουν χρήση κάποιου αλκοολούχου διαλύματος με περιεκτικότητα σε οινόπνευμα μεγαλύτερης από 60%.
- Χρησιμοποιούν τα μέσα ατομικής προστασίας (π.χ. μάσκα, γάντια κ.ά.) σε περίπτωση που απαιτούνται με βάση την εκτίμηση του κινδύνου και έχουν δοθεί σχετικές οδηγίες από τον εργοδότη ή όταν απαιτείται με βάση τον περί Λοιμοκαθάρσεως Νόμο.



- Απορρίπτουν με ασφαλή τρόπο αναλώσιμα υλικά (π.χ. μέσα ατομικής προστασίας) σε κάδους απόρριψης με καλύμματα που έχουν τοποθετηθεί στους χώρους εργασίας.
- Μην προσέρχονται στους χώρους εργασίας όταν παρουσιάζουν συμπτώματα (πυρετό, βήχα, πόνο στο στήθος, πονόλαιμο, διάρροια) και ενημερώνουν άμεσα τον εργοδότη.
- Αποφεύγουν ή περιορίζουν, στον μέγιστο δυνατό βαθμό τις συνεδριάσεις, συναντήσεις και γενικά συναθροίσεις με τους συναδέλφους, με επισκέπτες/πελάτες ή με άλλους εργαζόμενους που επισκέπτονται χώρους εργασίας. Συναντήσεις που δεν μπορούν να αποφευχθούν, να είναι όσο το δυνατόν πιο σύντομες.
- Τηρούν την αναλογία έως ένα άτομο ανά 8 τ.μ. ωφέλιμου χώρου σε χώρους εξυπηρέτησης του κοινού.
- Τηρούν αποστάσεις τουλάχιστον 2 μέτρα από συναδέλφους, επισκέπτες/πελάτες ή άλλους εργαζόμενους που επισκέπτονται τους χώρους εργασίας.
- Προσαρμόζουν τη θέση εργασίας και τον εξοπλισμό τους (πάγκοι, γραφεία) ώστε να τηρούνται οι αναγκαίες αποστάσεις.
- Αποφεύγουν άσκοπες μετακινήσεις σε άλλους χώρους εργασίας (π.χ. γραφεία, αποθήκες).
- Αποφεύγουν φυσικές επαφές όπως χειραψίες, εναγκαλισμούς και φιλιά με συναδέλφους, επισκέπτες/πελάτες ή άλλους εργαζόμενους που επισκέπτονται τους χώρους εργασίας.
- Χρησιμοποιούν τα συστήματα αυτοματοποίησης της εργασίας.
- Αποφεύγουν χειρωνακτική διακίνηση των φακέλων, δεμάτων, αντικειμένων, φορτίων.
- Επιλέγουν επικοινωνία μέσω τηλεδιασκέψεων, τηλεφωνικών επικοινωνιών ή διαβιβάζουν αλληλογραφία με ηλεκτρονικά συστήματα με τους συναδέλφους και με άλλους εξωτερικούς συνεργάτες.
- Χρησιμοποιούν κλιμακοστάσια για κάθετες μετακινήσεις μεταξύ ορόφων κτιρίων, όπου είναι εφικτό, αντί ανελκυστήρων.
- Τηρούν τις διευθετήσεις για εργασία σε ολιγομελείς, κατά το δυνατόν, σταθερές ομάδες εργασίας και σε σταθερές ομάδες με εναλλαγή βάρδιας.
- Εισάγουν φρέσκο αέρα στον χώρο εργασίας τους καθημερινά και σε τακτά χρονικά διαστήματα εκεί που είναι εφικτό, τουλάχιστον 10 λεπτά ημερησίως.
- Τηρούν τα ωράρια κλιμακωτής διακοπής εργασιών ή κλιμακωτών διαλειμμάτων για τη λήψη γευμάτων ή/και ανάπαυσης.
- Αποφεύγουν τη χρήση κλιματιστικών συστημάτων που ανακυκλώνουν αέρα.
- Φροντίζουν για την προσωπική καθαριότητα των επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (πάγκοι, τραπέζια, γραφεία, πόμολα πορτών, διακόπτες, συσκευές τηλεφώνων, κομβία, πληκτρολόγια κ.λπ.) με απολυμαντικό ή απολυμαντικά μαντηλάκια στο μέτρο του εύλογα εφικτού και συμπληρωματικά των διαδικασιών καθαριότητας των χώρων.
- Εφαρμόζουν τα μέτρα υγιεινής των τουαλετών όπως κλείσιμο του καπακιού της τουαλέτας μετά τη χρήση και προτού χρησιμοποιήσουν το καζανάκι. Να αποφεύγεται η χρήση μηχανημάτων αέρα (air jets) για το στέγνωμα των χεριών.
- Καθαρίζουν τα προσωπικά αντικείμενα (κινητά τηλέφωνα, τσάντες, γυαλιά, ταμπλέτες) με απολυμαντικό ή απολυμαντικά μαντηλάκια.
- Αποφεύγουν άσκοπα αγγίγματα αντικειμένων που δεν χρησιμοποιούν στον χώρο εργασίας, και
- Εφαρμόζουν οποιονδήποτε άλλα ειδικά μέτρα που έχουν καθοριστεί από την εκτίμηση του κινδύνου για την προστασία της υγείας από τον ιό Covid-19.