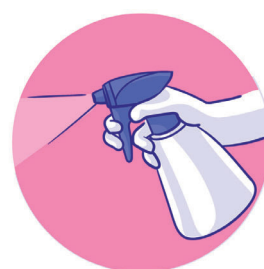
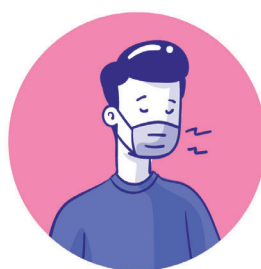
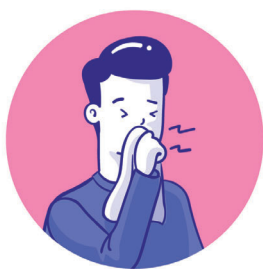
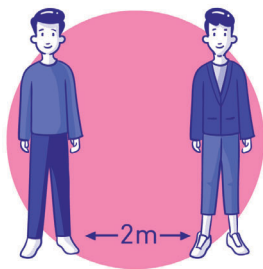


# Ασφάλεια και Υγεία στην Εργασία σε συνθήκες κορωνοϊού

## 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, τα σχετικά Διατάγματα και τις κατευθυντήριες οδηγίες που έχουν εκδοθεί από το Υπουργείο Υγείας.

#### Δικαιώματα Εργοδοτούμενων

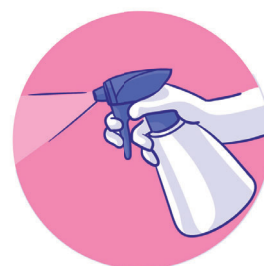
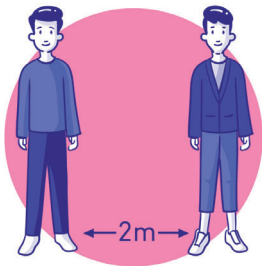
Οι εργοδοτούμενοι δικαιούνται να εκπαιδεύονται και ενημερώνονται από τον εργοδότη για τους κινδύνους από τον ιό SARS-CoV-2 και για τα απαραίτητα μέτρα προστασίας και πρόληψης που πρέπει να λαμβάνονται στον χώρο εργασίας.

#### Υποχρεώσεις Εργοδοτούμενων

Οι εργοδοτούμενοι 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 μάσκα σε όλους τους χώρους εργασίας όταν απαιτείται σύμφωνα με τα σχετικά Διατάγματα και τις κατευθυντήριες οδηγίες του Υπουργείου Υγείας ή οποιαδήποτε άλλα μέσα ατομικής προστασίας απαιτούνται με βάση την εκτίμηση του κινδύνου.
- 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, αφνίδια έναρξη ανοσμίας και δυσκολία στην αναπνοή) 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 όχι περισσότερα από ένα άτομο ανά 7 τ.μ. ωφέλιμου χώρου σε χώρους εξυπηρέτησης του κοινού ή όπως εκάστοτε τροποποιείται με σχετικό Διάταγμα ή κατευθυντήριες οδηγίες του Υπουργείου Υγείας.
- Τηρούν την αναλογία του ενός ατόμου ανά 10 τ.μ. ωφέλιμου χώρου σε επιχειρήσεις λιανικού εμπορίου και εμπορικά κέντρα ή όπως εκάστοτε τροποποιείται με σχετικό Διάταγμα ή κατευθυντήριες οδηγίες του Υπουργείου Υγείας.
- Τηρούν τις αποστάσεις τουλάχιστον 2 μέτρα από συναδέλφους, επισκέπτες/πελάτες ή άλλους εργαζόμενους που επισκέπτονται τους χώρους εργασίας. Η απόσταση μεταξύ των εργαζομένων δύναται να μειωθεί στο 1.5 μέτρο σε περίπτωση που υπάρχει παρέμβαση μεταξύ τους ή όπως εκάστοτε τροποποιείται με σχετικό Διάταγμα ή κατευθυντήριες οδηγίες του Υπουργείου Υγείας.
- 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 τηλεδιάσκεψων, 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.
- Όταν λειτουργούν κλιματιστικά συστήματα διαχωρισμένου τύπου (split unit) να έχουν ταυτόχρονα μερικώς ανοικτά παράθυρα ή εξωτερικές πόρτες για εισαγωγή φρέσκου αέρα στον χώρο εργασίας. Σε περίπτωση που λειτουργούν κεντρικά συστήματα κλιματισμού να μειώνουν τη χρήση ανακυκλωμένου αέρα εσωτερικού χώρου και να αυξάνουν την εισαγωγή νωπού εξωτερικού αέρα. Σε κάθε περίπτωση η χρήση κλιματιστικών να γίνεται σύμφωνα με τον σχετικό Τεχνικό Οδηγό για Λειτουργία Συστημάτων Κλιματισμού/ Εξαερισμού(HVAC) που εξέδωσε το Τμήμα Επιθεώρησης Εργασίας.
- Τηρούν τα ωράρια κλιμακωτής διακοπής εργασιών ή κλιμακωτών διαλειμάτων για τη λήψη γευμάτων ή/και ανάπαυσης.
- Φροντίζουν για την προσωπική καθαριότητα των επιφανειών που χρησιμοποιούνται συχνά (πάγκοι, τραπέζια, γραφεία, πόμολα πορτών, διακόπτες, συσκευές τηλεφώνων, κομβία, ηλεκτρολόγια 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 και αποφεύγουν τη 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 SARS-CoV2.