

Leiðbeiningar til starfsmanna sem vinna við þrif

Hvernig á að vera öruggur í vinnu á tímum Covid



Almennar forvarnir sem draga úr smitleiðum

Allir vinnustaðir ættu að:

- ❑ Gæta að hæfilegri fjarlægð (2 m) milli starfsmanna.
- ❑ Hvetja til handþvotta.
- ❑ Hafa handspritt aðgengilegt starfsmönnum víða á vinnustaðnum.
- ❑ Takmarka nán samskipti við annað fólk, t.d. handabönd og faðmlög eða aðra snertingu.
- ❑ Minna starfsfólk á að forðast að bera hendur í andlit, sérstaklega augu, nef og munn.



Covid - 19

- ❑ Kórónuveiran getur verið til staðar á yfirborði eða fleti í nokkra daga (allt að 72 klst)
- ❑ Mikilvægt er að þrifa allt vandlega.
- ❑ Sérstaklega þau svæði sem margir snerta
 - ❑ Hurðarhúnar, ljósrofar, handriði osfrv.
- ❑ Starfsmenn sem vinna við þrif þurfa að vera með persónuhlífar.
 - ❑ **Starfsmaður á aldrei að deila sínum persónuhlífum með öðrum**
- ❑ Einungis má nota viðurkenndar CE merktan búnað.



Búnaður sem starfsmenn eiga að vera með

- ❑ Öndunargríma
 - ❑ Grímu með „P3“ síu eða „P2“ síu að lágmarki.
 - ❑ Best er að nota einnota grímu og farga henni á öruggan hátt eftir notkun.
- ❑ Öryggisgleraugu eða andlitshlíf
- ❑ Einnota hanskar.
 - ❑ Passa þarf að ef það kemur gat á hanskana þarf að hætta þrifum strax, þvo hendur og sótthreinsa áður en nýjir hanskar eru settir upp.



Búnaður sem starfsmenn eiga að vera með

- ❑ Vatnsheldur hlífðarfatnaður: Gæta þarf að því að ermar og skálmar nái vel yfir op hanska og stígvéla og annars skóbúnaðar til að koma í veg fyrir að vökvi leki inn.
 - ❑ **Hafa skal í huga að þessar persónuhlífar eru oft notaðar aftur og því þarf að tryggja að þær séu þrifnar og sótthreinsaðar eftir notkun**
-

Þrifin

- ❑ Þrífa first með volgu vatni blandað þunnri blöndu af hlutlausri sápu
- ❑ Alltaf skal nota hreina tusku þegar þrif hefjast og koma henni í þvott, sótthreinsun eða förgun að lokum.
- ❑ Eftir þrifin skal sótthreinsa svæðið með sótthreinsiefni sem eyðir veirunni.
 - ❑ Best er að nota 70%, hreint etanól (spritt) í úðabrusa og úða yfir flötinn og stjúka af með hreinum klút.
 - ❑ Ennig er hægt að nota ca 0,1% klór. Gætið þess að gæta fyllsta öryggis ef blanda þarf klórið við vatn.



Mikilvægt að muna...

- ❑ Eftir þrif þarf að fara varlega úr hlífðarfatnaði, gæta þess að snerta ekki ytra byrði hans og koma strax fyrir í poka sem fer í sóttþreinsun, þvott eða förgun.
 - ❑ Farga má fatnaðinum með almennu sorpi ef hann er settur í tvöfaldan tryggilega lokaðan poka og beðið í 72 klst. áður en pokinn er settur í sorpið. Þvott má þvo með almennum þvotti en gæta þarf að persónuhlífum þeirra sem sjá um þvottinn.
-

Ef eitthvað er ábótavant hvað varðar öryggi þitt á vinnustaðnum, vinstamlegast hafðu samband við Vinnueftirlitið á <https://www.vinnuseftirlit.is>

Kvíði og sálfræðiaðstoð

Skrítinir tímar, mikið álag, einangrun, áhyggjur af vinum, ættingjum og fjárhagnum geta eðlilega valdið miklum kvíða og streitu.

Því viljum við minna á að Efling greiðir allt að kr.

10.000,- fyrir hvert skipti hjá sálfræðingi

- **þó aldrei meira en 75% af kostnaði í allt að 15 skipti á hverjum 12 mánuðum.**

