



Tilbake til kontoret

- sjekkliste for ansatte og ledere

Alle ansatte må følge rådene om personlig smittevern:



Vask hendene ofte og grundig:



Minst 30 sekunder med såpe og lunkent vann, bruk helst papirhåndklær.



Vask med såpe og vann. Hvis såpe og vann ikke er tilgjengelig, kan desinfeksjonsmiddel med alkohol benyttes.



Håndvask er viktig:

- ▶ før man spiser
- ▶ før og etter at man røyker/snuser
- ▶ før og etter man bruker knapper, utstyr eller instrumenter som mange benytter. Dette gjelder blant annet heisknapper, dørkontakter, adgangskontroll, kaffemaskin etc.
- ▶ etter at man har hostet eller nyst (helst i albuebøyen)
- ▶ når man kommer tilbake etter en tur i områder med mange mennesker



Pass på smitteveier:

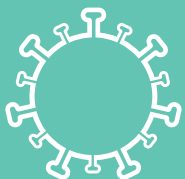


Tren på ikke å ta deg i ansiktet (Dette gjør vi ofte uten å tenke på det. Både nese, munn og øyne er smitteveier).



Mobiltelefonen/nettbrett: Tenk over hvor du legger fra deg telefonen. Unngå at den legges på flater som andre har tatt på. Mobiltelefon og datamaskin bør rengjøres ofte.

Alle ansatte må forholde seg til instruksene ved sykdomstegn:



Sykdom

- Ansatte skal, selv med milde luftveissymptomer og sykdomsfølelse, arbeide hjemmefra til de har vært symptomfrie i ett døgn.
- Ansatte som utvikler symptomer på Covid-19, selv milde luftveissymptomer, må umiddelbart holde avstand til andre og reise hjem. Hjemreise bør ikke være med kollektivtransport. Den syke anmodes om å informere leder om symptomene, hvilke områder som bør desinfiseres (håndtak, servant, kjøkkenkrok, heisknapper o.l.) og bidra til smittesporing.



Karantene og isolasjon

- Ansatte som har bekreftet covid-19 skal være i isolasjon.
- Ansatte som er nærkontakter/ husstandsmedlem til en person med bekreftet covid-19 skal være i karantene.
- Det er helsetjenesten som beslutter hvem som skal være i isolasjon eller karantene og hvor lenge etter råd gitt av Folkehelseinstituttet (se www.fhi.no). Retningslinjer til forskrift er gitt av Helsedirektoratet.



Si ifra!

- Ansatte som har bekreftet Covid-19 må informere arbeidsgiver om dette slik at eventuelle forholdsregler kan ivaretas.
- Arbeidsgiver må ivareta personvern hensyn ved mottak av personopplysninger.
- En arbeidsgiver vil, dersom det anses nødvendig for å sikre øvrige ansattes helse og sikkerhet, kunne dele informasjon internt i bedriften om at en enkelt ansatt er koronasmittet.

Arbeidsgivers sjekkliste før gjenåpning av arbeidsplassen:



Er det vurdert om det er spesielle behov eller hensyn som må tas for enkelte ansatte?



Har dere tilstrekkelig med desinfeksjonsmidler dersom håndvask ikke er mulig?



Er det tilstrekkelig avstand mellom arbeidsplassene?



Har alle fast plass, egen pc med tastatur og mus?



Er det etablert plan for intensivt renhold på arbeidsplassen?



Er det etablert smitteverntiltak for sikker gjennomføring av måltider på arbeidsplassen?



Er bevegelsesmønsteret vurdert for å forhindre kødannelse?



Er det laget plan for tiltak ved mistanke om smitte eller smittespredning på arbeidsplassen?



Er alle ansatte informert om nye smittevernrutiner og er smittevernsplakater godt synlige på arbeidsplassen?



Er ansatte instruert om at de selv ved lette luftveisinfeksjoner ikke skal møte på kontoret, men da jobbe hjemmefra?



Er det kartlagt og vurdert tiltak for å redusere ansattes behov for å bruke kollektivtrafikk?